

DAFTAR PUSTAKA

- Adhar, S. K., Suarnianti, & Fajriansi, A. (2024). HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROM PADA REMAJA PUTRI DI SMAS KRISTEN ELIM MAKASSAR Siti. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa& Penelitian Keperawatan*, 4, 55–60.
- Agustiningih, N., Rohmi, F., & Rahayu, Y. E. (2020). Hubungan body image dengan harga diri pada remaja putri usia 16–18 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 109–115. <https://doi.org/10.32831/jik.v8i2.244>
- Aiga, W., Rahmita, Y., & Harleni. (2025). Determinasi Status Gizi: Analisis Pola Makan, Kebiasaan Jajan, Jumlah Uang Saku, dan Aktivitas Fisik. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 2(12), 185–191.
- Alamsyah, D., Mexitalia, M., Margawati, A., Hadisaputro, S., & Setyawan, H. (2021). Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita 12–59 Bulan (Studi Kasus di Kota Pontianak). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 2(1), 46–53. <https://doi.org/10.14710/jekk.v2i1.3994>
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Amenani, C., & Januarto, O. B. (2022). Literature Review: Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Obesitas Peserta Didik Sekolah Dasar. *Sport Science and Health*, 4(2), 184-193
- Arundhana, A. I., & Masnar, A. (2021). *Obesitas anak dan remaja: Faktor risiko dan pencegahannya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Asifah, N., Laenggeng, A. H., Lilies, L., Kundera, I. N., Masrianih, M., & Ashari, A. (2025). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 19 Palu. *Bioscientist: Jurnal Ilmiah Biologi*, 13(3), 1619–1632. <https://doi.org/10.33394/bioscientist.v13i3.16623>
- Astini, N. N. A. D., & Gozali, W. (2021). Body image sebagai faktor penentu dalam meningkatkan status gizi remaja putri. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 5(1), 1–7.
- Aulia, N. R. (2021). *Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi , Status*

Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. 02(02), 31–35.

- Azizi, K. Al, Fatmawati, T. Y., & Jeki, A. G. (2025). Aktivitas Fisik dan Pola Makan Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di PKP Al Hidayah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 14(September), 314–323.
- Azzahra, S., Kisnawaty, S. W., & Puspitasari, D. I. (2025). *Hubungan Body Image dan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA Batik 2 Surakarta*. 4(3), 469–477. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v4i3.5298>
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Statistik Indonesia 2025* (Nomor Publikasi: 03200.25004). <https://www.bps.go.id/id/publication/2025/statistik-indonesia-2025.html>
- Bani, A. (2010). *Studi tentang persepsi mahasiswa tentang tubuh ideal dan hubungannya dengan upaya pencapaiannya*. Skripsi. Institut Pertanian Bogor.
- Cahyorini, R. W., Komalyna, I. N. T., & Suwita, I. K. (2022). Hubungan pola makan, aktivitas fisik dan konsumsi fast food terhadap kejadian gizi lebih pada remaja. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 123.
- Cash, T. F. (2000). *The multidimensional body-self relations questionnaire*. In J. K. Thompson (Ed.), *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment* (pp. 169–177). American Psychological Association.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (Eds.). (2012). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed.). Guilford Press.
- Damayanti, E. R., & Sufyan, D. L. (2022). Hubungan pola makan, aktivitas fisik, dan citra tubuh dengan status gizi lebih pada remaja putri di SMAN 3 Tambun Selatan. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 35–42.
- Destayanti, P. (2011). Hubungan aktivitas fisik dengan status gizi pada SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Kesehatan UNDIP*, 1.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2024). *Laporan rekapitulasi hasil penjangkaran pemeriksaan kesehatan peserta didik Kota Padang TA 2024–2025*.

- Donnelly, J. E. (2009). Physical activity and nutrition: A new paradigm for health promotion. *Nutrition Reviews*, 67(6), 372–392.
- Fajar, S. A. (2018). MET (Metabolic Equivalent). DPP ISNA. <https://isna-persagi.id/2018/10/17/met-metabolic-equivalent/>
- Febriyanti, N., Harjatmo, T. P., Astuti, T., & Rachmat, M. (2022). Gambaran asupan fast food, aktivitas fisik dan screen time dengan status gizi pada siswa di SMP Hang Tuah 2 Jakarta Selatan. *14*(1).
- Grogan, S. (2017). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.
- Gunarsa, S. D. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Hadi, S. (2010). *Beban ganda masalah gizi dan implikasinya terhadap perkembangan remaja*. Skripsi. Politeknik Kemenkes Medan.
- Hawley, J. A., & Burke, L. M. (2010). Carbohydrate treatment for athletes. *Sports Medicine*, 40(3), 163–175.
- Hidayati, S. (2010). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada siswi SMK Negeri 01 Medan Tahun 2010*. Skripsi. Poltekkes Kemenkes Surabaya.
- Hayati, D. H. (2020). *HUBUNGAN CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DAN POLA KONSUMSI PANGAN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI SMA DAYA UTAMA KOTA BEKASI*.
- Hidana, R., Wahyani, A. D., Simanjuntak, R. R., & Lestari, Y. N. (2022). Status menarche dan hubungannya dengan status gizi. *Nutrition Research and Development Journal*, 2(1), 19–35.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan*. Erlangga.
- Imtihanti, T. R. (2012). *Hubungan pengetahuan, uang saku, motivasi, promosi, dan peer group dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji pada remaja putri*. Tesis. Universitas Diponegoro.
- Insani, W. nur. (2022). *HUBUNGAN BODY IMAGE DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI KELAS XI DI SMAN 2 MAJALAYA KECAMATAN MAJALAYA KABUPATEN BANDUNG*. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2),

1567–1572.

- Ipa. (2010). Perbedaan pola makan obesitas dengan non obesitas. *Makara Kesehatan*, 16(1), 45–50.
- Izzani, T., Octaria, S., et al. (2024). Perkembangan masa remaja.
- Juliastuti, D., Haq, Y. E., Rivani, B., & Mutiara. (2022). Faktor risiko internal citra tubuh negatif pada remaja putri di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan*, 13(3), 170–174. <https://doi.org/10.35730/jk.v13i0.923>
- Kemenkes. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak*.
- Kemenkes. (2023). *Undang-undang perlindungan anak: Definisi remaja*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). <https://www.kemkes.go.id/id/home>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Panduan isi piringku untuk pola makan sehat*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Pedoman nasional pelayanan klinis tata laksana*.
- Kementerian Sekretariat Negara. (2024). *Perpres 83 Tahun 2024 tentang Badan Gizi Nasional*.
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis tingkat pengetahuan, body image dan pola makan terhadap status gizi remaja putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231–237.
- Meliana, D., & Kisnawaty, S. W. (2025). *Ghidza : Jurnal Gizi dan Kesehatan Hubungan Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Batik 2 Surakarta The Relationship Between Physical Activity and Nutritional Status with the Menstrual Cycle in Female Adolescents at SMA Batik 2 Surakarta*. 9(1), 168–175.
- Melliana, A. S. (2006). *Menjelajah tubuh: Perempuan dan mitos kecantikan*. LKiS Pelangi Aksara.
- Muchtar, F., et al. (2022). Pengukuran status gizi remaja putri. *Abdi Masyarakat*, 11(2), 175–180.
- Nusyuri, I. H. (2022). Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Obesitas pada Remaja di Kabupaten Enrekang. Skripsi. Makassar: Universitas Hasanuddin.

- Oktovina, R. I., & Sutikno, E. (2020). Faktor yang mempengaruhi status gizi remaja usia 16–18 tahun. *Indonesian Journal of Health*, (3).
- Purnama, N. L. A. (2019). Perilaku makan dan status gizi remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 2, 57–62.
- Rahayu, T. B., & Fitriana. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 6(1), 46–51.
- Ripta, F. (2021). *HUBUNGAN PERSEPSI BODY IMAGE DENGAN STATUS GIZI REMAJA USIA 14-18 TAHUN DI MAS AMALIYAH KEC. SUNGGAL, KEL. TANJUNG GUSTA MEDAN*.
- Rochmah, A., & Nadhiroh, S. R. (2024). Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 25 Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 234–240.
- Saputro, H., Syagata, A. S., & Dewi, A. D. A. (2024). Aktivitas Fisik Berhubungan Dengan Status Gizi Lebih Pada Siswa di Asrama Putri. *PONTIANAK NUTRITION JOURNAL*, 7(September), 538–543.
- Septica, Q. W. (2023). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN BODY IMAGE DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI MTS PERSIS KOTA SUKABUMI. *Journal Health Society*, 12(2), 190–196.
- UNICEF. (2021). *Strategi komunikasi perubahan sosial dan perilaku: Meningkatkan gizi remaja di Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/>
- Virginia, W., Hutagalung, C., Adyas, A., Khalida, N., Gizi, J., Kesehatan, F., Indonesia, U. M., & Lampung, K. B. (2025). *Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Advent Bandar Lampung*. 4(1), 280–292.
- Widjaja, E. M., Zairah, A. D. P., Natalia, D., & Ernawati. (2024). PENDEKATAN KEDOKTERAN KELUARGA DI SINDANG JAYA. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(1), 57–62. <https://doi.org/10.32539/JKK.V11I1.233>
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2022). *Global status report on physical activity* 2022. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>

World Health Organization. (2023). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

World Health Organization. (2024). *Adolescent health*. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Yulisma, A., & Pratiwi, R. A. (2022). Hubungan body image dengan status gizi pada remaja putri di gampong pasar kecamatan tapaktuan kabupaten aceh selatan tahun 2020. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 1655–1663.

Zulfa, T. (2024). HUBUNGAN BODY IMAGE DAN KECENDERUNGAN EATING DISORDER Relationship between Body Image and Eating Disorders Tendency with Nutritional. *Nutrition Research and Development Journal*, 04, 1–10.

