

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S 2001, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Almatsier, S 2005, *Penuntun Diet Edisi Baru*, Gramedika Pustaka Utama, Jakarta.
- Almatsier, S 2009, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Gramedika Pustaka Utama, Jakarta.
- Abdurrachim, R, Meladista, E & Yanti, R 2018, '*Hubungan body image dan sikap terhadap makanan dengan pola makan mahasiswi jurusan gizi politeknik*', *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 41(2), pp. 117–124.
- Andrasili, J & Saraswati, MR 2018, '*Hubungan antara tingkat pengetahuan gizi terhadap terjadinya obesitas pada anak SMA di Denpasar*', *Jurnal Medika*, 7(7), pp. 84–93.
- Anggraini, O, Ridhanti, D & Nugroho, FA 2018, '*Tidak ada korelasi antara asupan karbohidrat sederhana, lemak jenuh, dan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja dengan kegemukan dan obesitas*', *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(1), pp. 1–8. doi: 10.30867/action.v3i1.89.
- Arieska,PK & Herdiani,N 2020, '*Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa fakultas kesehatan UNUSA*', *MTPH Journal*,4(2) , pp.203-211.
- Audina, M, Maigoda, TC & W, T 2018, '*Status gizi, aktivitas fisik dan asupan serat berhubungan dengan kadar gula darah puasa penderita DM Tipe 2*', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 6(1), pp. 59–71. doi: 10.32668/jitek.v6i1.109.
- Aulia, L & Yulianti, LN 2018, '*Faktor keluarga, media, dan teman dalam pemilihan makanan pada mahasiswa PPKU IPB*', *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 11(1), pp. 37-48.
- Azrimaidaliza & Purnakarya, I 2011, '*Analisis Pemilihan Makanan pada Remaja di Kota Padang, Sumatera Barat*', *Kesmas: National Public Health Journal*, 6(1), pp. 17–22. doi: 10.21109/kesmas.v6i1.114.
- Bargiota, A, Delizona, M, Tsitouras, A, & Koukoulis, GN 2013, '*Eating habits and factors affecting food choice of adolescents living in rural areas*', *Hormones*, 12(2), pp. 246-253.

- Cherinawati, N, Saryono & Subardjo, YP 2018, '*Relationship between simple carbohydrates intake , dietary fiber intake , and excercise habits with body mass index Of head official employee jenderal soedirman university*', J.Gipas, 2(2), pp. 68–76.
- Diananda, A 2019. '*Psikologi remaja dan permasalahannya*', ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam, 1(1), pp. 116-133.
- Defnia, F 2019, '*Hubungan asupan serat dan aktivitas fisik terhadap kejadian obesitas pada remaja SMP Mardi Yuana Depok tahun 2016*', Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Skripsi [Preprint].
- Dewi, FNR 2021, '*Konsep diri pada masa remaja akhir dalam kematangan karir siswa*', Journal of Guidance and Counseling, 5(1), pp. 46-62.
- Dewi, PLP & Kartini, A 2017, '*Hubungan pengetahuan gizi, aktivitas fisik, asupan energi dan asupan lemak dengan kejadian obesitas pada remaja Sekolah Menengah Pertama*', Journal of Nutrition College, 6(3), pp. 257–261.
- Irianto, DP 2006, *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawa*, Yogyakarta: Penerbit Andi
- Fairudz, A & Nisa, K 2015, '*Pengaruh serat pangan terhadap kadar kolesterol penderita overweight*', Medical Journal Of Lampung University, 4(8), pp. 121–126.
- Fairbanks, LA, Blau, K & Jorgensen, MJ 2010, '*High-fiber diet promotes weight loss and affects maternal behavior in vervet monkeys*', American Journal of Primatology, 72(3), pp. 234–241. <https://doi.org/10.1002/ajp.20772>.
- Hafiza, D, Utami, A & Niriyah, S 2020, '*Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja smp YLPI Pekanbaru*', Jurnal Medika Utama, 2(1), pp. 332–342. doi: 10.35328/keperawatan.v9i2.671.
- Hanifah, NID & Dieny, FF 2016, '*Hubungan total asupan serat, serat larut air (soluble), dan serat tidak larut air (insoluble) dengan kejadian sindrom metabolik pada remaja obesitas*', Journal of Nutrition College, 5(3), pp. 148-155.
- Hanifah, N & Nindya, TS 2013, '*Hubungan kontribusi beban glikemik makanan dan aktivitas fisik terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di SMP full day Surabaya*', Media Gizi Indonesia, 9(1), pp. 66–71. Tersedia pada: jurnalpsik.unitri@gmail.com.
- Huang, JY & Qi, SJ 2015. '*Childhood obesity and food intake*', World Journal of Pediatrics, 11(2), pp. 101–107. doi: 10.1007/s12519-015-0018-2.

- Jaminah & Mahmudiono, T 2018, '*The relationship between knowledge and physical activity with obesity in the female worker*', Jurnal Berkala Epidemiologi, 6(1), pp. 9–17. doi: 10.20473/jbe.v6i12018.9-17.
- Jauziyah, S *et al.* 2021, '*Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa Universitas Diponegoro*', Journal of Nutrition College, 10(1), pp. 72–81.
- Kurdanti, W *et al* 2015, '*Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja*', Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 11(4), pp. 179–190. doi: 10.22146/ijcn.22900.
- Kustiyah, L, Widhianti, MU & Dewi, M 2013, '*Hubungan asupan serat dengan status gizi dan profil lipid darah pada orang dewasa dislipidemia*', Jurnal Gizi dan Pangan, 8(3), pp. 193–200. doi: 10.25182/jgp.2013.8.3.195-200.
- Kusuma, MRH & Krianto, T 2018, '*Pengaruh citra tubuh, perilaku makan, dan aktivitas fisik terhadap indeks massa tubuh (IMT) pada remaja : studi kasus pada SMA Negeri 12 DKI Jakarta*', Perilaku dan Promosi Kesehatan, 1(1), pp. 23–31.
- Laenggeng, AH & Lumalang, Y 2015, '*Hubungan pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan jajanan dengan status gizi siswa SMPN 1 Palu*', Jurnal Kesehatan Tadulako, 1(1), pp. 49–57.
- Loliana, N & Nadhiroh, SR 2015, '*Asupan dan kecukupan gizi antara remaja obesitas dengan non obesitas*', Media Gizi Indonesia, 10(2), pp. 141–145.
- Maharani, Darwis & Suryani, D 2017, '*Aktivitas fisik, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan serat dan status gizi lebih pada remaja*', Jurnal Media Kesehatan, 10(2), hal. 102–204. doi: 10.33088/jmk.v10i2.341.
- Medawati, A, Hadi, H & Pramantara, IDP 2005, '*Hubungan antara asupan energi, asupan lemak, dan obesitas pada remaja siswa-siswi SLTP di Kota Yogyakarta dan di Kabupaten Bantul*', Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 1(3), pp. 119–129. doi: 10.22146/ijcn.17467.
- Meidiana, R, Simbolon, D & Wahyudi, A 2018, '*Pengaruh edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight*', Jurnal Kesehatan, 9(3), pp. 478–484. doi: 10.26630/jk.v9i3.961.
- Murti, H 2017, '*Hubungan asupan gizi, pola konsumsi, dan aktivitas fisik terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di sma negeri 34 jakarta tahun 2017*', Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Skripsi [Preprint].
- Mokoginta, FS, Budiarmo, F & Manampiring, AE 2016, '*Gambaran pola asupan makanan pada remaja di kabupaten bolaang mongondow utara kandidat*

- kripsi fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*', Jurnal e-Biomedik, 4(2).
- Mozaffarian, D, Hoa, T, Rimm, EB, Willett, WC & Hu, FB 2011, '*Changes in Diet and Lifestyle and Long- Term Weight Gain in Women and Men*', The New England Journal of Medicine, 364, 2392–404. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa101429>.
- Ningtyas, I, Handayani, D & Kusumastuty, I 2018, '*Pengetahuan Nutrition Facts dan Pemilihan Makanan Kemasan Mahasiswa Obesitas antara Metode Edukasi Personal dan Ceramah* ', Amerta Nutrition, 2(3), pp. 271-282.
- Noer, ER, Kustanti, ER & Fitriyanti, AR 2018, '*Perilaku gizi dan faktor psikososial remaja obesitas*', Jurnal Gizi Indonesia, 6(2), pp. 109–113. doi: 10.14710/jgi.6.2.109-113.
- Novela, V 2019, '*Hubungan konsumsi zat gizi mikro dan pola makan dengan kejadian obesitas*', Human Care Journal, 4(3), pp. 190–198. doi: 10.32883/hcj.v4i3.549.
- Nurrahmawati, F & Fatmaningrum, W 2018, '*Hubungan Usia , Stres , dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Obesitas Abdominal pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Sidotopo , Surabaya*', Amerta Nutr, pp. 254–264. doi: 10.20473/amnt.v2.i3.2018.254-264.
- Nuryanto *et al.* 2014, '*Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar*', Jurnal Gizi Indonesia: The Indonesian Journal of Nutrition, 3(1), pp. 32–36. doi: 10.14710/jgi.3.1.121-125.
- Oktaviani, WD, Saraswati, LD & Rahfiludin, MZ 2012 '*Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja dan Orang Tua dengan Indeks Massa Tubuh (IMT)*', Jurnal Kesehatan Masyarakat, 1(2), pp. 542–553.
- Permanasari, Y & Aditianti, A 2017, '*Konsumsi makanan tinggi kalori dan lemak tetapi rendah serat dan aktivitas fisik kaitannya dengan kegemukan pada anak usia 5 – 18 tahun di Indonesia*', Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research), 40(2), pp. 95–104. doi: 10.22435/pgm.v40i2.7742.95-104.
- Praditasari, JA & Sumarmi, S 2018, '*Asupan lemak, aktivitas fisik dan kegemukan pada remaja putri di SMP Bina Insani Surabaya*', Media Gizi Indonesia, 13(2), pp. 117–122. doi: 10.20473/mgi.v13i2.117.
- Purnamawati, M & Yuliati, LN 2016, '*Pengaruh kepribadian dan situasi terhadap pemilihan makanan pada mahasiswa tingkat pertama*', Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen, 9(3), pp. 231-242.

- Putri, VR, Angkasa, D & Nuzrina, R 2017, '*Konsumsi fast food, soft drink, aktivitas fisik, dan kejadian overweight siswa Sekolah Dasar di Jakarta*', Indonesian Journal of Human Nutrition, 4(1), pp. 48–58.
- Rahayu, S 2017, '*Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri usia 16-18 tahun tentang obesitas dengan pola makan di Smun 5 Kediri*', Jurnal Kesehatan, 1(1), pp. 30–36.
- Rahmah, AD, Rezal, F & Rasma 2017, '*Perilaku konsumsi serat pada mahasiswa angkatan 2013 fakultas kesehatan masyarakat Universitas Halu Oleo tahun 2017*', Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 2(6), pp. 1–10.
- Rantika, N & Rusdiana, T 2018, '*Artikel tinjauan: penggunaan dan pengembangan dietary fiber*', Farmaka, 16(2), pp.152-165.
- Sartika, I, Nikmawati, EE & Mahmudatussa'adah, A 2014, '*Pengetahuan dan keterampilan pemilihan makanan sehari-hari mahasiswa program studi pendidikan tata busana*', Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner, 3(1), pp. 65–76.
- Sembiring, N & Ampera, D 2018, '*Persepsi Siswa Tentang Makanan Sehat Dengan Pemilihan Jajanan Di Sekolah Dasar*', Jurnal Pendidikan Teknologi dan Kejuruan, 20(1), pp. 6-14.
- Septiana, P, Nugroho, FA & Wilujeng, CS 2018, '*Konsumsi junk food dan serat pada remaja putri overweight dan obesitas yang indekos*', Jurnal Kedokteran Brawijaya, 30(1), pp. 61–67. doi: 10.21776/ub.jkb.2018.030.01.11.
- Setiasih, A 2018, '*Hubungan Pengetahuan Dan Konsumsi Sugar Sweetened Beverages Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Di Pesantren Himmatul Aliyah Kota Depok Tahun 2018*', Universitas Binawan. Tersedia pada: <http://repository.binawan.ac.id/id/eprint/427>.
- Setyawati, VAV & Setyowati, M 2015, '*Karakter gizi remaja putri urban dan rural di Provinsi Jawa Tengah*', Jurnal Kesehatan Masyarakat, 11(1), pp. 43–52. doi: 10.15294/kemas.v11i1.3463.
- Sukma, DC & Margawati, A 2014, '*Hubungan pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan jajanan dengan obesitas pada remaja SMPN 2 Brebes*', 3(4), pp.862–870. doi: 10.14710/jnc.v3i4.6892.
- Suryana, E, Wulandari, S, Sagita, E & Harto, K 2022, '*Perkembangan masa remaja akhir (tugas, fisik, Intelektual, emosi, sosial dan agama) dan implikasinya pada pendidikan*', JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 5(6), pp. 1956-1963.

- Sutrio 2017, '*Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Status gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung tahun 2016*', *Jurnal Kesehatan Holistik*, 11(1), pp. 23–33. Tersedia pada: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/122/67>.
- Triandhini, RR, Kinasih, A & Sriwijayanti, A 2018, '*Konsumsi tinggi lauk hewani, rendah sayur dan rendah aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian kelebihan berat badan pada anak Sekolah Dasar*', *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(2), pp. 139–147. doi: 10.14710/jgi.6.2.139-147.
- Singh, U, & Kochhar, ANITA 2011, '*Metabolic Syndrome and its Relation with Dietary Fibers*', *Proc Indian natn Sci Acad*, 77(0), pp. 69-77.
- Ventura, E et al. 2008, '*Dietary intake and the metabolic syndrome in overweight Latino children*', *Journal of the American Dietetic Association*, 108(8), 1355-9.
- Wansink, B, Shimizu, M & Brumberg, A 2013, '*Association of nutrient-dense snack combinations with calories and vegetable intake*', *Pediatrics*, 131(1), pp. 22–29. doi: 10.1542/peds.2011-3895.
- Wang, L et al. 2020, '*Elevated fat intake increases body weight and the risk of overweight and obesity among chinese adults: 1991–2015 trends*', *Nutrients*, 12(11), pp. 1–13. doi: 10.3390/nu12113272.
- Widyastuti, N, Dieny, FF & Fitranti, DY 2016, '*Asupan lemak jenuh dan serat pada remaja obesitas kaitannya dengan sindrom metabolik*', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), pp. 131–137. doi: 10.22146/ijcn.22756.
- Yanti, R, Nova, M, & Rahmi, A 2021. '*Asupan energi, asupan lemak, aktivitas fisik dan pengetahuan, berhubungan dengan gizi lebih pada remaja SMA*', *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8(1), pp. 45-53.
- Yanto, N, Verawati, B & Akmalia, F 2019, '*Hubungan pengetahuan gizi dan konsumsi lemak dengan kejadian obesitas sentral*', *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), pp. 103–112.
- Yuliah, Adam, A & Hasyim, M 2017, '*Konsumsi sayur dan buah dengan kejadian obesitas pada remaja SMA Negeri 1 Mamuju*', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 3(1), pp. 50–53. doi: 10.33490/jkm.v3i1.35.
- Yusinth, AN & Adriyanto 2018, '*Hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun*', *Amerta Nutr*, pp. 147–154. doi: 10.20473/amnt.v2.i2.2018.147-154.