

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, J. *et al.* (2019) ‘The Impact of Social Media on Learning Behavior for Sustainable Education: Evidence of Students from Selected Universities in Pakistan’, *MDPI*, 11(6), p. 1683. doi: <https://doi.org/10.3390/su11061683>.
- Adiputra, I. M. S. *et al.* (2021) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Aditia, R. (2022) *Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Overweight dan Obesitas pada Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya di Masa Pandemi COVID-19*. Wijaya Kusuma Surabaya University.
- Afrilia, D. A. and Festilia, S. (2018) ‘Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi di Siswa SMP Al-Azhar Pontianak’, *Pontianak Nutrition Journal*, 1(1), pp. 10–13. doi: <https://doi.org/10.30602/pnj.v1i1.277>.
- Althubaiti, H. (2022) ‘Factors Associated with Students’ Daily Fruit and Vegetable Recommendation at Umm Al-Qura University’, *Food and Nutrition Sciences*, 13(2).
- Andarwulan, N. *et al.* (2021) ‘Food Consumption Pattern and the Intake of Sugar, Salt, and Fat in the South Jakarta City—Indonesia’, *Nutrients*, 13(4), p. 1289. doi: [10.3390/nu13041289](https://doi.org/10.3390/nu13041289).
- Angesti, A. N. and Manikam, R. M. (2020) ‘Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), pp. 1–15. doi: <https://doi.org/10.37012/jik.v12i1.135>.
- Anjani, D. S. (2022) *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Konsumsi Buah dan Kebiasaan Konsumsi Sayur dengan Status Gizi (Studi pada Mahasiswa Angkatan 2021 Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2022)*. Universitas Siliwangi.
- Apriyani, A. R. (2022) *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji, Aktivitas Fisik, dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi dan Non Gizi pada Pandemi Covid-19*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Arieska, P. K. and Herdiani, N. (2020) ‘Hubungan Pengetahuan dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Kesehatan’, *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), pp. 203–211.

- Artadini, G. M., *et al.* (2022) ‘Hubungan Kebiasaan Makan, Paparan Media Sosial dan Teman Sebaya dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi UPN Veteran Jakarta’, *JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(2), pp. 317–329.
- Aulia, Z. P. (2022) *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2022*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Aviana, P. P. (2021) *Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur pada Anak di SD Negeri Bojong, Mungkid, Kabupaten Magelang*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Ayuningtyas, H. and Nadhiroh, S. R. (2023) ‘Hubungan Kualitas Tidur, Aktivitas Fisik, dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Gizi Lebih pada Mahasiswa Universitas Airlangga Angkatan 2019’, *Media Gizi Kesmas*, 12(1), pp. 297–308.
- Azzahra, A. and Puspita, I. D. (2022) ‘Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Status Gizi Lebih pada Remaja di SMA Negeri 14 Jakarta Timur’, *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), pp. 1–8.
- Baso, M. C., *et al.* (2018) ‘Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado’, *Jurnal Kesmas*, 7(5).
- BPS (2022a) *Jumlah Mahasiswa, Badan Pusat Statistik*. Available at: <https://www.bps.go.id/>.
- BPS (2022b) *Jumlah Penduduk Usia 15 tahun ke Atas Menurut Golongan Umur 2021-2022, Badan Pusat Statistik*. Available at: <https://www.bps.go.id/indicator/6/715/1/jumlah-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-menurut-golongan-umur.html>.
- Cahyani, R. (2020) *Hubungan Pola Konsumsi Sumber Gula, Garam, dan Lemak dengan Profil Status Gizi Tingkat Rumah Tangga di Kabupaten Bantul*. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- CDC (2017) *Sleep and Sleep Disorders. How Much Sleep Do I Need?*, Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Available at: https://www.google.com/url?q=https://www.cdc.gov/sleep/about_sleep/how_much_sleep.html&sa=D&source=docs&ust=1690970680358706&usg=AOvVaw1VocZJTaCjVJsV2Wh3AWRU.
- Cynthia, H. and Simanungkalit, S. F. (2023) ‘Hubungan Citra Tubuh, Gangguan Makan dan Tingkat Stres dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi UPN Veteran Jakarta’, *JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), pp. 33–44.

- Desbouys, L. *et al.* (2019) ‘Socio-economic and Cultural Disparities in Diet among Adolescents and Young Adults: a Systematic Review’, *Public Health Nutrition*, 23(5).
- Dinkes Depok (2023) *Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2022*, dinkes.depok.go.id.
- Diskominfo (2018) *Bijak Menggunakan Media Sosial*, *Diskominfo Kabupaten Bandung*. Available at: <https://diskominfo.badungkab.go.id/>.
- Djalalinia, S. *et al.* (2015) ‘Health impacts of Obesity’, *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(1), pp. 239–242.
- Doni, R. F. (2017) ‘Perilaku Penggunaan Smartphone Pada Kalangan Remaja’, *Speed Sentra Penelitian Engineering dan Edukasi*, 9(2), pp. 16–23. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0028245>.
- Dwira, D. H. (2017) *Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Mahasiswa Semester IV Jurusan DIV Bidan Pendidik di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- El-Ammari, A. *et al.* (2020) ‘Social-ecological Influences on Unhealthy Dietary Behaviours among Moroccan Adolescents: a Mixed-methods Study’, *Public Health Nutrition*, 23(6), pp. 996–1008.
- Faridah, U. *et al.* (2021) ‘Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Kopi Dengan Gejala Gangguan Tidur Pada Lansia Di Desa Tempuran Demak 2018’, *University Research Colloquium: 2021*, pp. 228–241.
- Fayasari, A. (2020) *Penilaian Konsumsi Pangan*. Jawa Timur: Kun Fayakun.
- Febytia, N. D. and Dainy, N. C. (2023) ‘Hubungan Kualitas Tidur, Asupan Zat Gizi Makro, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi UMJ’, *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 1(3), pp. 204–209. doi: 10.25182/jigd.2022.1.3.204-209.
- Fibriana, D. (2019) *Hubungan Kualitas Tidur dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya*. Universitas Brawijaya.
- FIKES UPNVJ (2024) ‘Tujuan dan Sasaran Strategis Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta’. Available at: <https://fikes.upnvj.ac.id/id/profil/tujuan-dan-sasaran.html>.
- GBD 2017 Diet Collaborators (2019) ‘Health Effects of Dietary Risks in 195 Countries, 1990–2017: a Systematic Analysis for The Global Burden of Disease Study 2017’, *Lancet*, 393(10184), pp. 1958–1972. doi: 10.1016/S0140-6736(19)30041-8.

Shula Shafira, 2024

HUBUNGAN POLA MAKAN, KUALITAS TIDUR, DAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN GIZI LEBIH PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI GIZI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

UPN “Veteran” Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Gizi Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id - www.repository.upnvj.ac.id]

- Gharrieni, R. H. A. (2023) *Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Aktif S1 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Universitas Lampung.
- Gharrieni, R. H. A., *et al.* (2023) ‘Faktor Risiko Penggunaan Media Sosial pada Obesitas’, *Medula*, 13(1), pp. 166–171.
- Google Maps (2024) ‘FIKES UPNVJ’. Available at: <https://www.google.com/maps/place/FIKES+UPNVJ/@-6.3545495,106.7719757,17z/data=!3m1!4b1!4m6!3m5!1s0x2e69eee30aeb2eb3:0x2d81450688a6f24!8m2!3d-6.3545495!4d106.7745506!16s%2Fg%2F11f0kzz0kd?entry=ttu>.
- Habsidiani, R. A. and Ruhana, A. (2023) ‘Tingkat Konsumsi Gula dan Lemak antara Remaja Obesitas dan Non Obesitas Usia 15-18 tahun di SMAN 1 Kota Mojokerto’, *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 3(2), pp. 320–327.
- Hanita (2023) *Hubungan Konsumsi Makanan Bersiko (Manis, Asin dan Berlemak) Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMAN 5 Depok*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Hasibuan, E. A. (2019) *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Interaksi Sosial Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Medan Area*. Universitas Medan Area Medan.
- Herawati, N. T., *et al.* (2020) ‘Hubungan antara Asupan Gula, Lemak, Garam, dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia 20–44 Tahun Studi Kasus Posbindu PTM di Desa Secapah Sengkubang Wilayah Kerja Puskesmas Mempawah Hilir’, *Jurnal Mahasiswa dan Peneliti Kesehatan*, 7(1), pp. 34–43.
- Hidayat, A. S. and Charissa, O. (2023) ‘Pengaruh Status Gizi terhadap Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara’, *Tarumanagara Medical Journal*, 5(1), pp. 1–6.
- Hulukati, W. and Djibran, M. R. (2018) ‘Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo’, *Jurnal Bikotetik*, 2(1), pp. 73–80.
- Husna, D. S. and Puspita, I. D. (2020) ‘Korelasi antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Durasi Tidur dan Status Gizi Remaja’, *Jurnal Riset Gizi*, 8(2), pp. 76–84. Available at: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/6273/2008>.
- Irfan, M. and Ayu, M. S. (2022) ‘Hubungan Pola Konsumsi Minuman Bergula Terhadap Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UISU tahun 2022’, *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 11(1), pp. 31–36.

- Jamaludin, F. N. *et al.* (2023) ‘Pola Konsumsi Makanan Sumber Gula, Garam, Lemak dan Hubungannya dengan Penyakit Obesitas di Desa Babakan’, *Jurnal Sains dan Teknologi Kesehatan*, 4(2), pp. 25–31.
- Janice, E. *et al.* (2023) ‘Hubungan Antara Pengetahuan Nutrisi Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana’, *Jurnal Medika Udayana*, 12(3), pp. 105–109.
- Jeser, T. A. and Santoso, A. H. (2021) ‘Hubungan Asupan Serat dalam Buah dan Sayur dengan Obesitas pada Usia 20-45 Tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat’, *Tarumanagara Medical Journal*, 4(1), pp. 164–171.
- Karini, T. A. *et al.* (2022) ‘Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Makan Mahasiswa di Kota Makassar’, *Higiene*, 8(2), pp. 118–124.
- Kartolo, M. S. and Santoso, A. H. (2022) ‘Hubungan Frekuensi Konsumsi, Asupan Energi, Lemak, Gula, dan Garam dalam Fast Food dengan Kejadian Obesitas pada Siswa/i SMP X Yogyakarta’, *EBERS POPYRUS*, 28(1), pp. 38–50.
- Kemenkes RI (2013) *Peraturan Menteri Kesehatan Indonesia No. 30 Tahun 2013: Tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam, dan Lemak Serta Pesan Kesehatan untuk Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Kemenkes RI (2014) ‘Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014’.
- Kemenkes RI (2017) *Data dan Informasi Kesehatan Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI (2018) *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) *Bahaya Obesitas Bagi Kesehatan.* Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/bahaya-obesitas-bagi-kesehatan>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) *DITJEN P2P Laporan Kinerja Semester I Tahun 2023.*
- Kristicevic, T., *et al.* (2018) ‘The Associations between Sleep Duration and Sleep Quality with Body-Mass Index in a Large Sample of Young Adults’, *MDPI*, 15(4), p. 758. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph15040758>.

- Kumala, A. M., *et al.* (2019) ‘Hubungan Antara Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Status Gizi pada Remaja Usia 13-15 Tahun’, *Journal of Nutrition College*, 8(2), pp. 73–80.
- Kurnia, A. D. *et al.* (2022) ‘Penggunaan Sosial Media dengan Status Gizi pada Remaja Akhir’, *Jurnal Keperawatan Priority*, 5(1), pp. 1–7.
- Li, Bingbing *et al.* (2021) ‘Association Between Sleep Quality and Central Obesity Among Southern Chinese Reproductive-aged Women’, *BMC Womens’s Health*, 21(280).
- Lubis, M. Y. *et al.* (2020) ‘Hubungan antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin, Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa di Universitas Malahayati tahun 2020’, *Jurnal Human Care*, 5(4), pp. 891–900.
- Maisa, E. A. *et al.* (2021) ‘Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Program Alih Jenjang’, *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1). doi: <http://dx.doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1345>.
- Mariyani, I. (2023) *Hubungan Faktor Genetik, Konsumsi Fast Food, Minuman Manis, dan Aktivitas Fisik dengan Gizi Lebih pada Remaja di SMK Ekonomika Depok*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Mariyanti, N. M. (2017) *Hubungan Pengetahuan, Pola Makan dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo*. Universitas Negeri Gorontalo.
- Maulida, D. Y. (2022) *Hubungan Konsumsi Minuman Manis Terhadap Kejadian Overweight Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Mendonca, F. *et al.* (2019) ‘A Review of Approaches for Sleep Quality Analysis’, *IEEE*, 7, pp. 24527–24546. doi: 10.1109/ACCESS.2019.2900345.
- Mufidah, R. and Soeyono, R. D. (2021) ‘Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Durasi Tidur terhadap Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi Unesa’, *Jurnal Gizi Universitas Surabaya*, 01(01), pp. 60–64.
- Multazami, L. P. (2022) ‘Hubungan Stres, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa’, *Nutrizione: Nutrition Research and Development Journal*, 2(1), pp. 1–9. doi: 10.15294/nutrizione.v2i1.52293.
- Nabilah, N. (2021) *Hubungan Konsumsi Serat Pangan dan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Universitas Sumatera Utara.

- Nazila, M. R. (2023) *Determinan Asupan Gula, Garam, Lemak Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Wiraswasta Usia Dewasa Di Kabupaten Bogor*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC) (2017) ‘Worldwide Trends in Body-Mass Index, Underweight, Overweight, and Obesity from 1975 to 2016: A Pooled Analysis of 2416 Population-based Measurement Studies in 128.9 Million Children, Adolescents, and Adults’, *Lancet*, 390(10113), pp. 2627–2642. doi: 10.1016/S0140-6736(17)32129-3.
- Noerfitri, N., *et al.* (2021) ‘Hubungan antara Kebiasaan Melewatkan Sarapan, Konsumsi Sayur Buah dan Fast Food, Aktivitas Fisik, Aktivitas Sedentary dengan Kejadian Gizi Lebih’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 13(2), pp. 56–63.
- Notoatmodjo, S. (2010) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, P. S. (2020) ‘Jenis Kelamin dan Umur Berisiko terhadap Obesitas Pada Remaja Di Indonesia’, *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), pp. 110–114.
- Nurhayati, I. *et al.* (2021) ‘Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa: Literature Review’, *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Ningtingale*, 1(1), pp. 38–51. Available at: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-20203177951%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z%0Ahttps://doi.org/10.1080/13669877.2020.1758193%0Ahttp://sersec.org/journals/index.php/IJAST/article>.
- Nurjanah, W. A. (2023) *Pengaruh Puasa Ramadhan terhadap Berat Badan dan Persen Lemak Tubuh pada Mahasiswa Program Studi Gizi UPN ‘Veteran’ Jakarta Angkatan 2020 dan 2021*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Olufadi, Y. (2016) ‘Social Networking Time Use Scale (SONTUS): A New Instrument for Measuring The Time Spent on The Social Networking Sites’, *Telematics and Informatics*, *Elsevier Ltd*, 33(2), pp. 452–471. doi: <https://doi.org/10.1016/j.tele.2015.11.002>.
- Pane, N., *et al.* (2022) ‘Hubungan Penggunaan Media Sosial, Kualitas Tidur, Kebiasaan Makan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa PPKU IPB’, *Scientific Repository*.
- Peltzer, K. and Pengpid, S. (2016) ‘Sleep Duration and Health Correlates Among University Students in 26 Countries’, *Psychol Health Med.*, 21(2), pp. 208–20. doi: 10.1080/13548506.2014.998687.

- Prasasti, H. P. (2018) ‘Pengaruh Kebiasaan Makan Keluarga terhadap Status Gizi Anak di SDN Babak Sari Kecamatan Dukun Kabupaten Gersik (Studi Kasus)’, *Jurnal Tata Boga*, 8(1).
- PSQI (2012) ‘STOP, THAT and One Hundred Other Sleep Scales’, *Springer Science+Business Media*, pp. 279–283.
- Putri, A. Z. *et al.* (2023) ‘Hubungan Asupan Energi dan Serat dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa PSKPS FK ULM Tahun 2022’, *Homeostasis*, 6(1), pp. 1–8.
- Putri, N. S. M. (2022) *Hubungan Tingkat Stress Dan Konsumsi Minuman Manis Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa Program Studi Program Sarjana Upn Veteran Jakarta*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Putri Utama, I. (2023) *Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Dan Konsumsi Serat Pangan Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi*. Universitas Jambi.
- QxMD (2016) *Calculate Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *qxmd.com*. Available at: https://qxmd.com/calculate/calculator_603/pittsburgh-sleep-quality-index-psqi.
- Rachmadiani, D. and Puspita, I. D. (2020) ‘Korelasi antara Asupan Protein, Serat dan Durasi Tidur dengan Status Gizi Remaja’, *Jurnal Riset Gizi*, 8(2), pp. 85–89.
- Rachmawati, E., *et al.* (2021) ‘Hubungan antara Durasi Tidur dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Hubungan antara Durasi Tidur dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas ’, *Journal of Islamic Medicine*, 5(1), pp. 9–19.
- Rahma, R. (2021) *Klasifikasi Remaja: Remaja Awal, Remaja Pertengahan, dan Remaja Akhir*, Gramedia.
- Ratri, N. W. (2018) *Hubungan Kualitas Tidur terhadap Nilai Indeks Massa Tubuh dan Persentase Lemak Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia*. Universitas Islam Indonesia.
- Rikandi, M. and Elvisa, F. Y. (2020) ‘Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Lebih dalam Wabah Covid-19 pada Mahasiswa Akper ‘Aisyiyah Padang’, *Jurnal Kesehatan Lentera ‘Aisyiyah*, 3(1), pp. 358–364.

- Riskesdas (2013) *Riset Kesehatan Dasar 2013*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. Available at: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2013/Laporan_riskesdas_2013_final.pdf.
- Riskesdas (2018a) *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia. Jakarta. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Riskesdas (2018b) *Laporan Provinsi Jawa Barat*, Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rizal, N. S. and Afriandi, D. (2022) ‘Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara’, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21(2), pp. 233–239.
- Rohmah, W. K. and Santik, Y. D. P. (2020) ‘Determinan Kualitas Tidur pada Santri di Pondok Pesantren’, *HIGEIA*, 4(3), pp. 649–659. doi: <https://doi.org/10.15294/higeia.v4iSpecial%203/41257>.
- Rolag, A. M. (2022) *Hubungan Pola Konsumsi Gula, Garam, Lemak dengan Status Gizi Siswa Siswi Sekolah Dasar Islam Terpadu An-Najah di Kota Depok*. Universitas Binawan.
- Rosdiana, E. and Elizar (2022) ‘Hubungan obesitas, asupan makanan sumber natrium dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja di Uptd Puskesmas Muara Batu Kabupaten Aceh Utara tahun 2022’, *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), pp. 684–693.
- Roux, D. B. le and Parry, D. A. (2017) ‘In-lecture Media Use and Academic Performance: Does Subject Area Matter?’, *Computers in Human Behavior*, 77, pp. 86–94. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.08.030>.
- Safitri, A. (2023) *Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur, Pola Makan, Aktivitas Fisik dengan Kejadian Gizi Lebih pada Pengendara Ojek Online di Shelter Stasiun Depok Baru*. Universitas Pembangunan Nasional ‘Veteran’ Jakarta.
- Salsabila, A. S. and Frisca (2023) ‘Hubungan Kualitas Tidur dengan Obesitas pada Karyawan RSUD Kepahiang Bengkulu’, *EBERS POPYRUS*, 29(1), pp. 12–21.
- Sarfriyanda, J., *et al.* (2016) ‘Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa’, *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 2(2), pp. 1178–1185.

- Sativa, O., *et al.* (2022) ‘Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kualitas Tidur, dan Frekuensi Konsumsi Fast Food Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja 19-21 Tahun Di Twitter’, *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 10(1), pp. 49–55.
- Seran, M. J. B., *et al.* (2020) ‘Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Keparahan Acne Vulgaris pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Undana’, *Cendana Medical Journa*, 19(1), pp. 58–65.
- Shofialany, P. and Ismawati, R. (2023) ‘Hubungan Konsumsi Buah dan Sayuran dengan Kejadian Gejala Depresi pada Mahasiswa S1 Gizi’, *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 12(2), pp. 153–164.
- Sinaga, Y. Y., *et al.* (2015) ‘Hubungan Kualitas Tidur dengan Obesitas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014’, *Jom FK*, 2(2), pp. 1–8.
- Sineke, J. *et al.* (2019) ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMK Negeri 1 Biaro’, *Jurnal GIZIDO*, 11(01), pp. 28–35.
- Siringoringo, P. I. S., *et al.* (2022) ‘Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen’, *Nommensen Journal of Medicine (NJM)*, 7(2), pp. 31–35.
- Sitorus, C. E., *et al.* (2020) ‘Hubungan Konsumsi Fast Food, Makanan/Minuman Manis dan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Dan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi’, *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(4), pp. 10–17.
- Sugiyono (2010) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhaila, S. (2023) *Hubungan Konsumsi Pangan Sumber Gula, Garam, Dan Lemak Melalui Pemesanan Pangan Daring Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Mahasiswa*. Universitas Sahid Jakarta.
- Sulistiawati, F. and Septiani, B. D. S. (2022) ‘Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Lansia Di Desa Jenggik Kabupaten Lombok Timur’, *Journal of Health Sciences and Research*, 4(3), pp. 952–959.
- Tabelo, C. D., Malonda, N. S. H. and Amisi, M. D. (2021) ‘Gambaran Pengetahuan Gizi pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19’, *Jurnal Kesmas*, 10(2), pp. 58–64. Available at: Adriani M, wiratmaji B. 2016.

- Tam, R. *et al.* (2017) ‘University Students’ on-Campus Food Purchasing Behaviors, Preferences, and Opinions on Food Availability’, *Nutrition*, 37, pp. 7–13. doi: 10.1016/j.nut.2016.07.007.
- Tasya, D. F., *et al.* (2021) ‘Perbandingan screen-time berdasarkan kuantitas dan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta pada pandemi Corona Virus Disease-19’, *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 21(2), pp. 117–122. doi:
- Terzi, B., *et al.* (2019) ‘Factors Affecting Nursing and Midwifery Students’ Attitudes Toward Social Media’, *Nurse Educ Pract*, 35, pp. 141–149. doi: 10.1016/j.nepr.2019.02.012.
- Utomo, D. W. and Dwiana, A. (2022) ‘Hubungan Kualitas Tidur terhadap Status Gizi dan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 pada Tahun 2021’, *EBERS PAPHYRUS*, 28(2), pp. 1–11.
- Waddell, I. S. and Orfila, C. (2022) ‘Dietary Fiber in the Prevention of Obesity and Obesity-related Chronic Diseases: From Epidemiological Evidence to Potential Molecular Mechanisms’, *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 63(27), pp. 8752–8767. doi: <https://doi.org/10.1080/10408398.2022.2061909>.
- Wang, F. and Biro, E. (2021) ‘Determinants of Sleep Quality in College Students: A Literature Review’, *Explore*, 17(2), pp. 170–177. doi: <https://doi.org/10.1016/j.explore.2020.11.003>.
- Wijaya, V. A. and Adi, A. C. (2024) ‘Hubungan Mindful Eating dan Kualitas Tidur dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga’, *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), pp. 712–725.
- Wijayanti, A., *et al.* (2019) ‘Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir’, *Journal of Nutrition College*, 8(1).
- World Health Organization, W. P. R. (2000) *The International Association for the Study of Obesity and the International Obesity Task Force. The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and Its Treatment*, Health Communications Australia Pty Limited, Sydney. Available at: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/206936>.
- Wulantari, H. (2019) *Hubungan Antara Kualitas Tidur Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Kelas XI dan XII SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Progo*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Yastirin, P. A. and Dewi, R. K. (2022) 'Identification Of Nutritional Status In Pre-Adolescent Group In The Integrated Islamic Elementary School Al Firdaus Purwodadi', *Jurnal Profesi Bidan Indonesia (JPBI)*, 2(2), pp. 45–52.
- Yuniarti, E. (2023) 'Hubungan Konsumsi Sayur Dan Buah Dengan Kegemukan Pada Remaja Di Kota Padang', *Jurnal Sehat Mandiri*, 18(1), pp. 137–145.
- Zhao, W. *et al.* (2021) 'The Association of Sleep Quality and Sleep Duration with Nutritional Status in Older Adults: Findings from The WCHAT Study', *Maturitas*, 145, pp. 1–5. doi: <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2020.10.013>.
- Zhou, Y. *et al.* (2022) 'Deteriorated Sleep Quality and Influencing Factors among Undergraduates in Northern Guizhou, China', *PubMed Central*, (10). doi: <https://doi.org/10.7717%2Fpeerj.13833>.