

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rajab Harahap, M., Ilmu Kesehatan Masyarakat, J., Kesehatan Masyarakat, F., & Apriadi Siregar Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, P. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Fast Food Pada Remaja. *JK: Jurnal Kesehatan*, 1(1), 230–237.
- Abdurrachim, R., Meladista, E., & Yanti, R. (2018). Hubungan Body Image Dan Sikap Terhadap Makanan Dengan Pola Makan Mahasiswi Jurusan Gizi Politeknik. *Gizi Indonesia*, 41(2), 117. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v41i2.246>
- Al-Sheyab, N. A., Gharaibeh, T., & Kheirallah, K. (2018). Relationship between peer pressure and risk of eating disorders among adolescents in Jordan. *Journal of Obesity*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/7309878>
- Amalia, S. N. I., Octaria, Y. C., Maryusman, T., & Imrar, I. F. (2023). The Associations Between Social Media Use with Eating Behavior, Physical Activity, and Nutrition Status among Adolescents in DKI Jakarta. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 193–198. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.193-198>
- Ambali, D. D. W., Lamma, L. S., & K, H. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap tentang makanan berserat dengan perilaku makan mahasiswa S1 Keperawatan Semester II STIKES Tana Toraja Kabupaten Toraja Utara Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Preventif*, 7(1), 10–15. <https://journal.stikestanatoraja.ac.id/jikp/article/view/103>
- Arab A. et al. (2023). Social jetlag and dietary intake: A systematic review. *Sleep Medicine Reviews*, 71. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.smr.2023.101820>

- Azora, P. (2021). Analisis Quick Count Dengan Menggunakan Metode Stratified Random Sampling Studi Kasus Pemilu Gubernur Kalimantan Barat 2018. *Buletin Ilmiah Matematika, Statistika Dan Terapannya*, 10(1), 43–50.
- Barokah, L., & Zolekhah, D. (2019). Hubungan Penggunaan Media Massa Dengan Tingkat Pengetahuan Dampak Pernikahan Dini Terhadap Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Kebidanan*, 11(01), 44. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v11i01.329>
- Cangöl Sögüt, S. (2018). Determining the differences in nutrition knowledge, dietary behaviors, physical activity and self-efficacy behaviors based on obesity status among adolescents. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 747. <https://doi.org/10.14687/jhs.v15i2.5218>
- Çelik, H., & Uslu, E. (2022). Social Jetlag ve Adölesan Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 9, 89–94.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fahrudin, A., Fahrudin, F. A., Fahrudin, F. I., & Yusuf, H. (2020). Book Chapter 6 : Konsep Pilihan Makanan. *Inovasi Bisnis Dan Sosial Di Era Desruptif, March*, 75–83. https://www.researchgate.net/publication/340117219_Book_Chapter_6_Konsep_Pilihan_Makanan
- Fatima, W., & Ahmad, L. M. (2018). Prevalence of disordered eating attitudes among adolescent girls in Arar City, Kingdom of Saudi Arabia. *Health Psychology Research*, 6.
- Fauziah, P., Kartini, K., & Hikmah, H. (2023). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Intensitas Nyeri Dismenore Primer Di Sma Negeri 7 Tangerang. *IMJ*

(*Indonesian Midwifery Journal*), 5(1), 23.
<https://doi.org/10.31000/imj.v5i1.6009>

Firda, W. (2023). Hubungan Perilaku Makan dan Penggunaan Gadget Dengan Gizi Lebih Pada Remaja di SMA Maria Bhakti. In *Skripsi*. Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan Mitra Keluarga.

Fitriani, R. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 86 Jakarta. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 29–38.
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v4i1.5041>

Gallo, L. C., Daviglus, M. L., & Isasi, C. R. (2021). Association of sleep duration and social jetlag with cardiometabolic risk factors in the Study of Latino Youth. *Sleep Health*, 6(5), 563–569.
<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2020.02.017>.Associations

Hendrawan, A. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt'X' Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Delima Harapan*, 6(2), 69–81.
<https://doi.org/10.31935/delima.v6i2.76>

Ibrahim, I., & Samsiah. (2022). Fungsi Media Massa Bagi Masyarakat Di Desa Moibaken (Studi Fungsi Dan Media Massa Di Masyarakat Desa Moibaken). *Kopi Susu: Jurnal Komunikasi, Politik & Sosiologi*, 4(1), 38–49.

Inadjo, I. M., Moku, B. J., & Kandowanko, N. (2023). Adaptasi Sosial SDN 1 Pineleng Menghadapi Dampak Covid-19 Di Desa Pineleng 1 Kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa. *Journal Ilmiah Society*, 3(1), 1–7.
<https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/8077>

- Irawan, A., Sarniyati, & Friandi, R. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Masyarakat Terhadap Penderita Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumun Tahun 2022. *Prosiding*, 1(2), 705–713.
- Kalkan, I. (2019). The impact of nutrition literacy on the food habits among young adults in turkey. *Nutrition Research and Practice*, 13(4), 352–357. <https://doi.org/10.4162/nrp.2019.13.4.352>
- Kanah, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), 203–211. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v4i2.1199>
- Kastorini, C. M., Critselis, E., Zota, D., Coritsidis, A. L., Nagarajan, M. K., Papadimitriou, E., Belogianni, K., Benetou, V., & Linos, A. (2019). National Dietary Guidelines of Greece for children and adolescents: A tool for promoting healthy eating habits. *Public Health Nutrition*, 22(14), 2688–2699. <https://doi.org/10.1017/S1368980019001034>
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kolomeichuk, S. N., Randler, C., Morozov, A. V., Gubin, D. G., & Drake, C. L. (2021). Social jetlag and excessive daytime sleepiness from a sample of Russian children and adolescents. *Nature and Science of Sleep*, 13, 729–737. <https://doi.org/10.2147/NSS.S290895>
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1990). Adequacy of sample size in health studies Stanley Lemeshow. *W.H. Organization, Others*, 33, 1991. https://books.google.com/books/about/Adequacy_of_Sample_Size_in_Health_Studies.html?hl=id&id=gUBjQgAACAAJ

- Lestari, P. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Makanan dengan Status Gizi Siswi Mts Darul Ulum. *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), 73–80. <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i2.39761>
- Luthfiya, D. (2024). Hubungan tingkat stres, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan pola makan remaja. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 307–314.
- Martanti, S., Batubara, L., Arsyad, M., Syam, E., & Kunci, K. (2024). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Pola Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam The Relationship between The Level of Nutritional Knowledge and Eating Behavior Patte*. 2(7).
- Mathew, G. M., Hale, L., & Chang, A.-M. (2020). Social Jetlag, Eating Behaviours, and Body Mass Index among Adolescents in the United States. *British Journal of Nutrition*, 124(9), 853–856. <https://doi.org/10.1017/S0007114520001804>.Social
- Muntaza, Y., & Adi, A. C. (2020). Hubungan Sumber Informasi dan Pengalaman dengan Tingkat Pengetahuan tentang Penggunaan Monosodium Glutamate (MSG) pada Ibu Rumah Tangga. *Amerta Nutrition*, 4(1), 72. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i1.2020.72-78>
- Najdah, Nurbaya, & Irwan, Z. (2024). Kebiasaan makan dan status gizi pada remaja di mamuju menggunakan adolescents' food habits checklist. *SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 540–546. <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i2.1678>
- Namira, Nadila Siti, V. I. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Gizi Siswa Sdn Putat Jaya Ii Surabaya. *Jurnal Gizi Unesa*, Volume 03, 215–222.

- Ode, W., Nur, S., & Effendy, D. S. (2025). *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024*. 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/medika.v3i1.1657>
- Paat, S., A, M. D., & A, A. (2021). Gambaran Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester Dua Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal KESMAS*, 10(1), 176–184.
- Panggabean, Bertha, D. (2024). Psikologi Perkembangan Anak Usia Balita – Lansia Pada Studi Kasus Yang Ada Di Masyarakat Sekitaran Parongil Dairi. *Al-Furqan : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(3), 918.
- Pasaribu, G. D., & Siagian, N. (2024). Perkembangan pada kalangan anak sekolah menengah pertama. *Nutrix Journal*, 8. <https://doi.org/https://doi.org/10.37771/nj.v8i2.1205>
- Pitoewas, B. (2018). Pengaruh Lingkungan Sosial Dan Sikap Remaja Terhadap Perubahan Tata Nilai. *Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 3(1), 8–18. <https://doi.org/10.24269/jpk.v3.n1.2018.pp8-18>
- Prabowo, T. (2015). Pengaruh Jet Lag Dan Cara Mengatasi Tinjauan Fisiologi. *Medikora*, 1, 89–101. <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4733>
- Purba, N. P. et al. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STATUS GIZI REMAJA MTS AL-WASHLIYAH DESA CELAWAN KEC. PANTAI CERMIN KAB. SERDANG BEDAGAI. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendikia Utama*, 13, 72–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jcu.v13i1.2128>
- Purnama, N. L. A. (2019). Perilaku makan dan status gizi remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 9(2), 57–62.

- Roenneberg, T., Pilz, L. K., Zerbini, G., & Winnebeck, E. C. (2019). Chronotype and social jetlag: A (self-) critical review. *Biology*, 8(3), 1–19. <https://doi.org/10.3390/biology8030054>
- Rukmana, E., Fransiari, M. E., Damananik, K. Y., & Nurfazriah, L. R. (2023). Assessment of Knowledge, Attitudes and Behavior of Balanced Nutrition and Nutritional Status in Adolescents at Bandung Foundation High School, Deli Serdang Regency. *Amerta Nutrition*, 7(2), 178–183. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.17>
- Rusmimpong, R., & Hutagaol, U. R. (2021). HUBUNGAN PERSEPSI , SIKAP DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI SISWA DI MTs MUHAMMAD AMIN RAJO TIANGSO JANGKAT TIMUR. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(2), 330–340. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i2.11276>
- Salsabela, A. E., & Hardiningsih, E. F. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Frekuensi Makan dengan Status Gizi Remaja Putri Kelas 9 di SMP Negeri 29 Samarinda. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(4), 877–887. <https://jurnal.intekom.id/index.php/njms>
- Selvi, S., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2022). Pengetahuan, Sikap dan Praktik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama tentang Gizi Seimbang. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 066. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38698>
- Spitzer, R. L., Terman, M., Williams, J. B. W., Terman, J. S., Malt, U. F., Singer, F., & Lewy, A. J. (1999). Jet lag: Clinical features, validation of a new syndrome-specific scale, and lack of response to melatonin in a randomized, double-blind trial. *American Journal of Psychiatry*, 156(9), 1392–1396. <https://doi.org/10.1176/ajp.156.9.1392>

- Stifani Dianisa Prafitia Hadi, Rahayu Dewi Soeyono, Any Sutiadiningsih, & Mauren Gita Miranti. (2024). Pengaruh Pengetahuan Gizi Dan Sikap Memilih Makanan Dengan Perilaku Makan Remaja Di Kabupaten Kediri. *Jurnal Tata Boga*, 13(1), 1–7.
- Suharmanto. (2021). *Metode Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Yogyakarta: Pustaka Panesa.
- Sumartini, E. (2022). Gambaran perilaku makan remaja 1. *Jurnal Ilmiah Keris Husada*, 6(1).
- Sumartini, S. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi Dan Raihan Nilai Pada Matakuliah Ilmu Gizi Pangan Mahasiswa Prodi Teknologi Pangan Fakultas Teknik Unpas Bandung. *Pasundan Food Technology Journal*, 6(1), 31. <https://doi.org/10.23969/pftj.v6i1.1509>
- Suprpto, S., Mulat, T. C., & Hartaty, H. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 96–102. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.303>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Taillard, J., Sagaspe, P., Philip, P., & Bioulac, S. (2021). Sleep timing, chronotype and social jetlag: Impact on cognitive abilities and psychiatric disorders. *Biochemical Pharmacology*, 191. <https://doi.org/10.1016/j.bcp.2021.114438>
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria, & Linda Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*,

3(2), 259–273. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>

WHO. (2023). *Adolescent Health*. Adolescent Health. https://www.who.int/Health-Topics/Adolescent-Health#tab=tab_1

WHO. (2024). *Transforming Adolescent Health: WHO Comprehensive Report on Global Progress and Gaps*. [https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps#:~:text=Sekitar 1%2C3 miliar \(16,antara 10 dan 19 tahun.](https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps#:~:text=Sekitar 1%2C3 miliar (16,antara 10 dan 19 tahun.)

Yu Sun Bin, Svetlana Postnova, P. A. C. (2019). What works for jetlag? A systematic review of non-pharmacological interventions. *Sleep Medicine Reviews*, 43, 47–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.09.005>

Yulianto, A. A., & Alhamdi, F. (2022). Jurnal Hasi Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Eksakta. *Jppie*, 01(01), 59–64. <http://jurnal.unidha.ac.id/index.php/jppie>

Yuswantina, R. Y., Dyahariesti, N. D., Fitra Sari, N. L., & Kurnia Sari, E. D. (2019). Hubungan Faktor Usia dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Penggunaan Antibiotik di Kelurahan Sidorejo Kidul. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 2(1), 25–31. <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v2i1.193>