

DAFTAR PUSTAKA

- Akhiryani, T.N.K., Kekalih, A. and Khusun, H. (2023) 'Online nutritional education using Wordwall game to improve knowledge among overweight and obese children in Palembang', *eJournal Kedokteran Indonesia*, 11(3), pp. 202–213. doi:10.23886/ejki.11.451.202-13.
- Alfarisi, R., Nurfadilah, D.W. and Shakira, D. (2022) 'Tingkat Pengetahuan tentang Obesitas pada Masyarakat Dusun Sumber Sari Desa Taman Sari Kecamatan Gedong Tataan', *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 9(4), hlm. 1161–1166. doi: 10.33024/jikk.v9i4.8384.
- Amir, F., Miru, A.S. and Sabara, E. (2025) *Urban Household Behavior in Indonesia: Drivers of Zero Waste Participation*. arXiv. doi:10.48550/arXiv.2505.17864.
- Ammar, A. *et al.* (2021) 'Analisis pengaruh dimensi budaya terhadap pola konsumsi pangan masyarakat Denpasar', Universitas Jember.
- Amrinanto, A.H. *et al.* (2025) 'Edukasi pembatasan konsumsi gula garam lemak pada remaja di SMK Kusuma Wardhana Kota Bogor', *Jurnal Pengabdian Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 3(1), pp. 162-168.
- Angelina, C. *et al.* (2024) 'Edukasi pencegahan perundungan pada siswa sekolah dasar negeri 2 Rajabasa Bandar Lampung', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(6), pp. 2486-2497.
- Ariza, R., Rustika, R. and Hermawan, N.S.A. (2025) 'Efektivitas media board game dalam meningkatkan pengetahuan sanitasi pada siswa sekolah dasar', *Jurnal Medika Malahayati*, 9(2).
- Artadini, G.M., Simanungkalit, S.F. and Wahyuningsih, U. (2022) 'The relationship between eating habits, social media exposure and peers with nutritional status of nutrition students at UPN Veteran Jakarta', *Jgk*, 14(2), pp. 317-329.
- Asare, B. *et al.* (2026) 'Mann-Whitney U test for two independent groups', *Journal of Research in Didactical Sciences*, 5(1), pp. 133-131.
- Asngari, W. and Hidayah, N. (2022) 'Manajemen kelas: Konsep, implementasi dan korelasinya dengan keterampilan guru', *Jurnal Mubtadiin*, 8(02).
- Atmarita, A. *et al.* (2016) 'Asupan gula, garam, dan lemak di Indonesia: Analisis survei konsumsi makanan individu (SKMI) 2014', *Gizi Indonesia*, 39(1), pp. 1-14.

- Azwar, S. (2021) *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Edisi Revisi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzahro, S.M. and Kurniasari, R. (2024) 'The influence of educational media on knowledge and attitudes of snack food sanitation hygiene', *Media Gizi Kesmas*, 13(1), pp. 450–457.
- Azzahwa, L.N. (2023) *Hubungan kebiasaan sedentari dengan kejadian status gizi lebih pada anak usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Manyar Gresik*. Undergraduate thesis. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Badan Pusat Statistik (2018) 'Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin', *BPS Kota Pasuruan*. Available at: <https://Pasuruankota.Bps.Go.Id/Statictable/2018/05/03/2119/Jumlah-Penduduk-MenurutKelompok-Umur-Dan-Jenis-Kelamin-DiKecamatan-Purworejo-2016>.
- Bawental, N.R., Korompis, G.E. and Maramis, F.R. (2019) 'Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku kesehatan reproduksi pada peserta didik di SMA Negeri 3 Manado', *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 8(7).
- Bawono, Y. (2023) *Perkembangan Anak & Remaja*. Yayasan Pendidikan Cendekia Muslim.
- Budiman and Riyanto, A. (2021) *Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Çeken, B. and Taşkın, N. (2022) 'Multimedia learning principles in different learning environments: a systematic review', *Smart Learning Environments*, 9, p. 19. Doi:10.1186/s40561-022-00200-2.
- Chan, L.C., Tan, P.Y. & Gong, Y.Y. (2022) 'Evaluating the impacts of school garden-based programmes on diet and nutrition-related knowledge, attitudes and practices among the school children: a systematic review', *BMC Public Health*, 22(151).
- Chiang, F.-K., Wang, S. and Tang, Z. (2022) 'Design and evaluation of a board game in food and nutrition education', *Education Sciences*, 12(3), p. 162. doi:10.3390/educsci12030162.
- Conner, M. *et al.* (2021) 'Cognitive-affective inconsistency and ambivalence: Impact on the overall attitude-behavior relationship', *Personality & Social Psychology Bulletin*, 47(4), pp. 673–687. doi:10.1177/0146167220945900.
- Connor, C.M. *et al.* (2019) 'Building word knowledge, learning strategies, and metacognition with the word knowledge e-book', *Computers & Education*, 128, pp. 284–311. doi:10.1016/j.compedu.2018.09.016.

- Desfaini, J.N. (2025) *Hubungan antara paparan screen time, aktivitas fisik, asupan energi dan zat gizi makro dari snacking terhadap fat mass remaja di SMA Negeri 109 Jakarta*. Undergraduate thesis. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Available at: <http://repository.upnvj.ac.id/38888/>
- Dewi, A.P. et al. (2022) 'Penggunaan berbagai bentuk media edukasi sebagai sarana edukasi gizi di kecamatan Gadingrejo tahun 2021', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 4(1), pp. 23-27.
- Dewi, D.E.A.S. and Sari, M.R. (2022) 'Hubungan pendidikan dan pemanfaatan media massa dengan pengetahuan WUS tentang Sadari di Desa Kuala Patah Parang', *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 13(1).
- Djide, N.A.N. and Pebriani, R. (2023) 'Pengetahuan gizi dan kebiasaan makan pada mahasiswa', *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 18(1), pp. 112–118. doi:10.32382/medkes.v18i1.445.
- Ekarani, K. (2025) *Gambaran pengetahuan, sikap, dan konsumsi gula garam lemak (GGL) pada makanan/minuman kekinian remaja di Kelurahan Panjangrejo*. Doctoral dissertation. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Evana, N.A. and Karuniawaty, T.P. (2025) 'Permainan papan edukasi pada sikap remaja terhadap kesehatan mental: Tinjauan literatur', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(4). doi:10.31004/jkt.v6i4.51476.
- Fauziyah, D.N. and Anistyasari, Y. (2020) 'Studi literatur pengaruh implementasi media e-book terhadap motivasi belajar dan respon siswa pada pendidikan tinggi', *IT-Edu: Jurnal Information Technology and Education*, 5(3), pp. 406-416.
- Febrian, R., Islam, M.F. and Yudistira, P. (2025) 'Peran budaya dalam pembentukan identitas manusia', *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(2), pp. 25–35.
- Felndity, B. et al. (2025) 'Upaya pencegahan obesitas pada remaja melalui pendidikan kesehatan', *MAJU: Indonesian Journal of Community Empowerment*, 2(4), pp. 653-659.
- Firani, N.K., Permatasari, H.K. and Irnandi, D.F. (2021) *Tinjauan biokimia dan patologi lemak*. Universitas Brawijaya Press.
- Fitri, I. et al. (2022) 'Literasi gizi remaja melalui permainan edukasi Goaksi (Go Aksi Bergizi)', *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(5), pp. 1188-1194. doi:10.31849/dinamisia.v6i5.10857.
- Fitria, F., Khoirunnisa, S. and Furqon, M. (2024) 'Hubungan antara aktivitas fisik dan konsumsi fast food dengan status gizi siswa di SMK Al-Hidayah Jakarta

- Selatan', *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 5(1), pp. 22-28.
- Gadde, K.M. *et al.* (2021) 'Obesity: Pathophysiology and management', *Journal of the American College of Cardiology*, 71(1), pp. 69–84. doi:10.1016/j.jacc.2017.11.011.
- Hadi, S.D.P. *et al.* (2024) 'Pengaruh pengetahuan gizi dan sikap memilih makanan dengan perilaku makan remaja di Kabupaten Kediri', *Jurnal Tata Boga*, 13(1), pp. 001-007.
- Hamidah, S. and Rizal, M.S. (2022) 'Edukasi kesehatan reproduksi dan perkembangan remaja di panti asuhan yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur', *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), pp. 237-248.
- Hanikah, H. *et al.* (2022) 'Penggunaan media interaktif berbasis ebook di sekolah dasar', *Jurnal Basicedu*, 6(4), pp. 7352-7359.
- Hanita (2022) *Hubungan konsumsi makanan manis, asin, dan berlemak dengan kejadian obesitas pada remaja di SMA Negeri 5 Depok*. Thesis. Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.
- Hanum, A.M. (2023) 'Faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), pp. 137-147. doi:10.22487/htj.v9i2.539.
- Hapsari, A.T. and Jaksa, S. (2025) 'Hubungan pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP) masyarakat terhadap pengelolaan sampah rumah tangga berbasis 3R', *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 3(4), pp. 152–166. doi:10.61132/obat.v3i4.1490.
- Haryono, S. (2020) *Statistika Penelitian Manajemen*. Pelayanan Kesehatan, 61(2015), p. 211.
- Hasneli, H. *et al.* (2024) 'Pola konsumsi lemak jenuh, lemak tak jenuh dan serat pada penderita penyakit jantung koroner di RSUD Sungai Dareh', *Jurnal Sehat Mandiri*, 19(1), pp. 333-346.
- Heryani, H., Lestari, L. and Suhandha (2024) 'Ceting (Cegah Stunting) bersama remaja putri melalui Isi Piringku', *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 8(1), pp. 207-215.
- Hisanah, U., Fillah Fithra Dieny, F. and Pangestuti, D.R. (2023) 'Pengaruh edukasi gizi melalui permainan ular tangga dan booklet terhadap pengetahuan, sikap, dan praktik pencegahan anemia pada remaja putri', *Journal of Nutrition College*, 12(2), pp. 136–145. doi:10.14710/jnc.v12i2.39995.

- Indriasari, R. *et al.* (2021) 'School-based nutrition education improves breakfast-related personal influences and behavior of Indonesian adolescents: a cluster randomized controlled study', *Nutrition Research and Practice*, 15(5), pp. 639–654. doi:10.4162/nrp.2021.15.5.639.
- Iqbal, B., Sarwar, M. and Arif, M. (2024) 'Shaping young minds: The influence of environmental factors on students attitude', *Journal of Education*, (3), pp. 100-109.
- Ismaidar, I. and Sumarno, S. (2023) 'Kesetaraan gender dan keadilan untuk para perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di Kecamatan Medan Krio', *Scenario (Seminar of Social Sciences Engineering and Humaniora)*, pp. 285-289.
- Ismail, S.A. (2022) *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap terhadap konsumsi gula, garam, lemak dengan konsumsi gula, garam, lemak pada mahasiswa sarjana terapan gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta II*. Thesis. Politeknik Kesehatan Jakarta II.
- Isnawan, M.G. (2020) *Kuasi eksperimen*. Nashir Al-Kutub Indonesia.
- Izzani, T.A., Octaria, S. and Linda, L. (2024) 'Perkembangan masa remaja', *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 3(2), pp. 259-273.
- Jaunita, E. (2022) *Pemberian edukasi dengan aplikasi game ular tangga gizi terhadap pengetahuan dan asupan gizi remaja di SMA Negeri 12 Kota Bekasi*. Doctoral dissertation. Universitas Binawan.
- Jayu, D.D.K. and Mauliddina, S. (2023) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pemilihan makanan jajanan pada siswa di SDN 101774 Desa Sampali tahun 2023', *Excellent Midwifery Journal*, 6(2), pp. 29-39.
- Karamina, L.M. (2020) *Pengetahuan dan sikap terhadap pola makan gizi seimbang siswa SDN Cipete Selatan 05 Pagi Jakarta Selatan*. Thesis. Politeknik Kesehatan Jakarta II.
- 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 SMP X Yogyakarta', *Ebers Papyrus*, 28(1), pp. 37-50.
- Kelly, C.N., Da Rosa, P., Remmele, J., Tilenbaeva, N., Arnold, R., Oberhoffer-Fritz, R., Fonseca, H., Buoncristiano, M., Wickramasinghe, K. and Williams, J. (2025) 'Inequalities in childhood overweight and obesity: A call to strengthen upstream policy measures', *Public Health in Practice*, 10, p. 100637. doi:10.1016/j.puhip.2025.100637

- Kementerian Kesehatan RI (2014) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Khoirunnisaa, N. and Prajawinanti, A. (2023) 'Analisis pemanfaatan e-book sebagai bahan penunjang pembelajaran oleh pengguna perpustakaan SMAN 1 kedungwaru Tulungagung', *THE LIGHT: Journal of Librarianship and Information Science*, 3(1), pp.11-21.
- Kolade, A.T., Olubola, A.V. and Folake, A.A. (2021) 'Food choice and nutritional intake of children and adolescents', *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 4(6), pp. 684–691.
- Kurniasari, E.S. *et al.* (2021) 'Efektifitas edukasi gizi dengan ceramah dan media e-booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja obesitas', *Jurnal Riset Gizi*, 9(2). doi:10.31983/jrg.v9i2.7590.
- Kuswandi, P.C. and Rahayu, T. (2022) 'Analisis korelasi indeks massa tubuh (IMT) dalam keluarga remaja putri yang mengalami obesitas di Yogyakarta', *Jurnal Sains Dasar*, 11(1), pp. 1-6.
- Landry, M.J. *et al.* (2020) 'Faith in fat: A multisite examination of university students' perceptions of fat in the diet', *Nutrients*, 12(9), p. 2560. doi:10.3390/nu12092560.
- Laursen, B. and Veenstra, R. (2021) 'Toward understanding the functions of peer influence: A summary and synthesis of recent empirical research', *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), pp. 889–907. doi:10.1111/jora.12606.
- Lestari, N.A., Sumarni, S. and Azizah, F.N. (2025) 'Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media e-book terhadap pengetahuan dan sikap tentang anemia pada remaja putri', *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research*, 7(2).
- Lin, C.-C., Barrett, N.E. and Liu, G.-Z. (2021) 'English outside the academic sphere: A mobile-based context-aware comparison study on collaborative and individual learning', *Journal of Computer Assisted Learning*, 37(3), pp. 657–671. doi:10.1111/jcal.12514.
- Linggarsih, H.D., Jumiyati and Wahyudi, A. (2022) 'Survei pengetahuan, sikap dan pola makan remaja pengguna media sosial di SMAN Kota Bengkulu', *Jurnal Pustaka Padi*, 1(2), pp. 38–43.

- Liu, K.S.N. *et al.* (2021) 'How does the family influence adolescent eating habits in terms of knowledge, attitudes and practices? A global systematic review of qualitative studies', *Nutrients*, 13(11), p. 3717. doi:10.3390/nu13113717.
- Lolok, M. (2022) *Pendampingan pastoral terhadap remaja yang memiliki perilaku bermasalah dan diasuh oleh ibu sambung di Gereja Toraja Jemaat Tampo Klasis Mengkendek Timur*. Scholar thesis. Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
- Louey, J. *et al.* (2024) 'Facilitators and barriers to healthful eating among adolescents in high-income countries: A mixed-methods systematic review', *Obesity Reviews*, 25(11), p. e13813. doi:10.1111/obr.13813.
- Lubis, L.K. (2024) *Gambaran pengetahuan dan sikap tentang gula, garam, lemak sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media slide power point pada dewasa muda di Karang Taruna Sukabumi Utara RW 03 Jakarta Barat*. Thesis. Poltekkes Kemenkes Jakarta II.
- Maehara, M. *et al.* (2019) 'Patterns and risk factors of double burden of malnutrition among adolescent girls and boys in Indonesia', *Plos One*, 14(8), p. e0221273.
- Mail, A.N. (2020) 'Gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di SMPN Haliwen', *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 2(2), pp. 1–6. Available at: <https://jurnal.unimor.ac.id/JSK>.
- Makdis, N. (2020) 'Penggunaan e-book pada era digital', *Al Maktabah*, 19(1).
- Mardhiah, A., Riyanti, R. and Marlina, M. (2020) 'Efektifitas penyuluhan dan media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap ibu anak balita gizi kurang di Puskesmas Medan Sunggal', *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), p. 18. doi:10.33085/jkg.v3i1.4549.
- Marissa, N. (2022) 'Pengaruh sikap belajar siswa terhadap prestasi belajar geografi siswa', *Meretas: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 9(1), pp. 32-45.
- Masri, E., Nasution, N.S. & Ahriyasna, R. (2020) 'Literasi gizi dan konsumsi gula, garam, lemak pada remaja di Kota Padang', *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 23-30.
- Masyfufah, I.M. (2021) *Pengaruh media edukasi e-book covid-19 terhadap pengetahuan dan sikap mahasiswa Universitas Negeri Malang*. Doctoral dissertation. Universitas Negeri Malang.
- Meliala, A.A.B.S. (2025) *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit jantung koroner di Rumah Sakit Pendidikan Prof. dr. Chairuddin P. Lubis Medan Tahun 2025*. Doctoral dissertation. Universitas Sumatera Utara.

- Monica, T.S., Isti, S. and Rini, W.A. (2019) *Pengaruh media traffic light card terhadap pengetahuan pemilihan produk pangan berkemasan*. Thesis. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- MS, D.S. *et al.* (2023) 'Hubungan konsumsi gula dan konsumsi garam dengan kejadian diabetes mellitus', *Jurnal Medika Malahayati*, 17(5).
- Muharramah, A. *et al.* (2023) 'Pengukuran status gizi dan konseling gizi sebagai pengabdian masyarakat dalam rangka kegiatan Milad Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(2), pp. 125-130.
- Muntyas, N. (2020) 'Gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja', *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), pp. 159-165.
- Nabila, B., Musthofa, S.B. and Widjanarko, B. (2021) 'Pengaruh boardgame "Germas Game" dan metode ceramah terhadap pengetahuan dan sikap Gerakan Masyarakat Hidup Sehat pada remaja perempuan (Studi pada siswi kelas 8 SMPIT Daarussalaam, Sangatta, Kalimantan Timur)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(3).
- Nabila, S.F. (2022) 'Perkembangan remaja adolescence'. Available at: https://www.researchgate.net/publication/359369967_PERKEMBANGAN_REMAJA_Adolescense.
- Nadila, A. dan Panggabean, D.S. (2025) 'Efektivitas Media Board Game Cerita Anak untuk Mengasah Keterampilan Menyimak Siswa SD Negeri 166325', *PEMA*, 5(3), hlm. 146–155.
- Nafiqoh, H. dan Nurcahyani, R.D. (2025) 'Development of E-Books as Educational Media to Introduce Disasters to Early Childhood', *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 17(2), hlm. 2021–2029. doi: 10.35445/alishlah.v17i2.7462.
- Nasrudin, J. (2021) *Refleksi keberagamaan dalam sistem pengobatan tradisional*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Nautiyal V.V., Silverio S.A. and Salvador E.E.P. (2024) 'Let's get on-board: a practical framework for designing and implementing educational board games in K-12 classrooms'. *Frontiers Educ.* 9:1420515. doi: 10.3389/educ.2024.1420515.
- Nisa, V. M., Kurniasanti, P. and Mutmainah, F. A. (2025) 'Effectiveness of Pop-up Demonstration and Card Game Methods on Students Balanced Nutrition Knowledge at SMPN 44 Semarang', *Media Gizi Kesmas*, 14(2), pp. 218–226. doi: 10.20473/mgk.v14i2.2025.218-226.
- Notoatmodjo, S. (2020) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Novianti, S. *et al.* (2025) 'Media edukasi e-booklet "Gesit" dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang manajemen obesitas', *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 7(2), pp. 291–298. doi:10.36590/jika.v7i2.1303.
- Nurhasanah, N. and Zuriatin, Z. (2023) 'Gender dan kajian teori tentang wanita', *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 6(1), pp. 282-291.
- Nusraningrum, D., Mekar, T.M. and Prasetyaningtyas, S.W. (2021) 'Persepsi dan sikap terhadap keputusan pembelian produk pangan fungsional pada generasi milenial', *Jurnal Bisnis dan Akuntansi*, 23(1), pp. 37–48. doi:10.34208/jba.v23i1.767.
- Nuzrina, R. *et al.* (2024) 'Nutrihocky Board Game meningkatkan pengetahuan dan sikap picky eater pada anak sekolah dasar', *Ilmu Gizi Indonesia*, 7(2), pp. 107-120.
- O'Hare, L., Stark, P., Gittner, A., McGuinness, C., Thurston, A. and Biggart, A. (2023) 'A pilot randomized controlled trial comparing the effectiveness of different spaced learning models used during school examination revision: the SMART Spaces 24/10 model', *Frontiers in Education*, 8, p.1199617.
- Papayungan, S., Edward, M. and Akbar, A.M. (2025) 'YouTube sebagai media intervensi edukasi kesehatan reproduksi: Dampaknya terhadap pengetahuan siswa', *Indonesian Journal of Science and Public Health*, 2(1), pp. 194-200.
- Pemerintah Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta (2024) *Peraturan Gubernur Daerah Khusus Ibukota Jakarta Nomor 28 Tahun 2024 tentang Rencana Aksi Daerah Pangan dan Gizi Tahun 2024–2026*. Jakarta: Pemerintah Provinsi DKI Jakarta.
- Prameswari, J., Praherdhiono, H. and Husna, A. (2022) 'E-Book Berbasis Elaborasi Gambar Sebagai Penguatan Kognitif Siswa', *JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 5(4), pp. 423-434. doi:10.17977/um038v5i42022p423.
- Pratiwi, N.K.W., Wiardani, N.K. and Sugiani, P.P.S. (2022) 'Kajian pustaka hubungan pola konsumsi lemak dan status obesitas sentral dengan profil lipid pasien penyakit jantung koroner', *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 11(2), pp. 116-122.
- Putri, E. & Utama, I.H. (2024) 'Hubungan antara pengetahuan remaja putri (pubertas) dengan perilaku kesehatan reproduksi siswa kelas vii (a-f) di SMP Negeri 1 Sungai Raya tahun 2024', *Jurnal STIPABA*, 14(1).
- Putri, F.A. (2024) *Pengembangan edugame GEFD (Gizi, Edukasi, Fisik, dan Diet) untuk pencegahan stunting dan obesitas pada remaja di Indonesia*. Doctoral dissertation. Universitas Gadjah Mada.

- Putri, K.D., Semiarty, R. and Linosefa (2021) 'Perbedaan efektivitas media promosi kesehatan leaflet dengan video TOSS TB terhadap tingkat pengetahuan dan sikap masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas', *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(3), pp. 343–351. doi:10.25077/jikesi.v1i3.85.
- Quintantina, M.I.A. and Rohayati, S. (2025) 'Pengembangan e-book interaktif berbasis Book Creator pada elemen perpajakan materi PPh Pasal 21 di SMK Negeri 4 Surabaya', *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 8(8), pp. 8843-8853.
- Rachma, R.A. and Mahmudiono, T. (2023) 'The relationship between genetic factors and energy intake with obesity', *Media Gizi Kesmas*, 12(2), pp. 1002-1006.
- Rachmawati, E. *et al.* (2023) 'Hubungan emotional eating dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN "Veteran" Jakarta', *JUMANTIK: Jurnal Mahasiswa dan Peneliti Kesehatan*, 10(2).
- Rageliene, T. and Gronhoj, A. (2020) 'Preadolescents' healthy eating behavior: Peeping through the social norms approach', *BMC Public Health*, 20, p. 1268. doi:10.1186/s12889-020-09366-1.
- Rahman, M.M. *et al.* (2021) 'Hubungan asupan lemak terhadap persentase lemak tubuh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2019', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(1), pp. 21-29.
- Rahmawati, S. *et al.* (2023) 'Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan reproduksi remaja', *Journal of Telenursing*, 5(2), pp. 2632-2640. doi:10.31539/joting.v5i2.7713.
- Rajebi, O. *et al.* (2023). 'Isolasi Jenis Asam Lemak dari Bahan Alam: Artikel Review', *Jurnal Buana Farma*, 3(2).
- Ramadhan, D.W. and Soeyono, R.D. (2025) 'The effect of video based education on knowledge and attitudes regarding the consumption of sugar, salt, fat in students MAN 1 Tuban', *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Nusantara*, 5(1), pp. 34–44.
- Ramadhany, R.A. *et al.* (2023) 'Determinan gizi lebih dan obesitas pada remaja usia 13-15 tahun di DKI Jakarta (Analisis data Risesdas 2018)', *Amerta Nutrition*, 7(2SP), pp. 124-131.
- Ranganathan, P., and Pramesh, C. S. (2020). 'An introduction to statistics: Understanding regression to the mean', *Perspectives in Clinical Research*, 11(2), 99-102. doi: https://doi.org/10.4103/picr.PICR_45_20.
- Raut, S. *et al.* (2024) 'Effect of nutrition education intervention on nutrition knowledge, attitude, and diet quality among school-going adolescents: A

- quasi-experimental study', *BMC Nutrition*, 10(35), pp. 1–10. doi:10.1186/s40795-024-00850-0.
- Renyoet, B.S., Margaretha, L. and Mangalik, G. (2025) 'Peran ayah dan keluarga dalam mendukung gizi, kesehatan fisik serta psikologis anak dan remaja', *Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia*, 4(04), pp. 251-257.
- Ria, R.T.B.M., Sismulyanto and Perangin-angin, R.B. (2024) 'Formulasi kesadaran diri sebagai manajemen asuhan keperawatan pada remaja dalam pencegahan risiko stunting dan membuat keputusan untuk mendukung kesehatan', *JURNAL LOCUS: Penelitian & Pengabdian*, 3(12).
- Rizkha, I.A. and Anggapuspa, M.L. (2022) 'Perancangan board game pengenalan gizi seimbang sebagai media edukasi anak usia 9–12 tahun', *Jurnal Barik*, 4(1), pp. 175–189. Available at: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JDKV/article/view/46190>.
- Rukmana, E., Fransiari, E.M., Damananik, Y.K. & Nurfazriah, R.L. (2023) 'Penilaian pengetahuan sikap dan perilaku gizi seimbang serta status gizi pada remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) Yayasan Bandung, Kabupaten Deli Serdang', *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 178-183.
- Rohmatika, N., Hermanto, H. and Rosela, K. (2024) 'Hubungan aktivitas fisik dan pola makan dengan kejadian obesitas pada anggota Polri di Polda Kalimantan Tengah', *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum dan Farmasi (JRIKUF)*, 2(2), pp. 131-148.
- Safitri, F.N. (2025) *Hubungan pengetahuan gizi, pola konsumsi sarapan, dan status gizi dengan prestasi belajar pada siswa di SMA Negeri 109 Jakarta*. Undergraduate thesis. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Available at: <http://repository.upnvj.ac.id/39659/>.
- Sakti, H.G. (2023) 'Pelatihan media board game dalam meningkatkan hasil belajar', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Cahaya Mandalika*, 4(2).
- Sanaky, M.M., Saleh, L.M. and Titaley, H.D. (2021) 'Analisis faktor-faktor penyebab keterlambatan pada proyek pembangunan gedung asrama MAN 1 Tulehu Maluku Tengah', *Jurnal Simetrik*, 11(1).
- Santrock, J.W. (2018) *Life-Span Development*. 17th edn. McGraw-Hill Education.
- Saptono, B. (2023) 'The effectiveness of e-books in learning: An analysis of trends in elementary schools', *Jurnal Prima Edukasia*, 11(2), pp. 206-214.
- Saputri, I.P.S. and Farida, E. (2025) 'Kejadian gizi lebih dan obesitas pada remaja: Systematic literature review terkait faktor risiko', *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 5(2), pp. 301-314.

- Saraswati, S.K. *et al.* (2021) 'Literature review: Faktor risiko penyebab obesitas', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), pp. 70-74.
- Sardi, M. *et al.* (2025) 'Hubungan perilaku makan dan aktivitas fisik dengan status gizi remaja', *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 12(1), pp. 39-48.
- Sariyani, M.D. *et al.* (2025) 'Efektivitas e-book dalam meningkatkan pengetahuan mahasiswa rekam medis tentang manfaat jalan cepat terhadap kesehatan reproduksi', *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 5(2), pp. 274–281.
- Selamat, R. *et al.* (2024) 'Effects of the MyBFF@school obesity intervention program with nutrition education intervention on nutrition knowledge and attitude of secondary schoolchildren: A cluster randomized controlled trial', *BMC Public Health*, 24, p. 3624. doi:10.1186/s12889-024-21090-8.
- Selina, S., Rahman, G. and Wahyuni, R. (2023) 'Pengaruh pengetahuan dan sosial budaya dalam keluarga terhadap pemilihan tempat persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Long Ikis', *Journal of Comprehensive Science*, 2(1), pp. 306–315. doi:10.59188/jcs.v2i1.213.
- Setyaningrum, E. *et al.* (2025) 'Efektivitas edukasi dengan media e-book terhadap pengetahuan remaja tentang HIV/AIDS di SMKN 1 Kertak Hanyar Tahun 2025', *Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(5), pp. 160-167. doi:10.59841/seroja.v2i5.167.
- Shapu, C.R., Ismail, S., Ahmad, N., Lim, P. Y. and Abubakar Njodi, I. (2020) 'Systematic Review: Effect of Health Education Intervention on Improving Knowledge, Attitudes and Practices of Adolescents on Malnutrition', *Nutrients*, 12(8), p. 2426. doi:10.3390/nu12082426.
- Siahaan, D.P., Suraya, R. and Siregar, N.H. (2024) 'Pengaruh edukasi gizi seimbang terhadap pengetahuan remaja di SMP Yayasan Perguruan El Hidayah', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), pp. 1364-1371.
- Sianturi, D.E. (2024) *Gambaran karakteristik obesitas pada remaja di SMA 14 Medan Tahun 2024*. Thesis. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
- Sianturi, R. (2025) 'Uji normalitas sebagai syarat pengujian hipotesis', *Jurnal Pembelajaran dan Matematika Sigma (JPMS)*, 11(1), pp. 1–14. doi:10.36987/jpms.v10i2.5881.
- Simanoah, K.H., Muniroh, L. and Rifqi, M.A. (2022) 'Hubungan antara durasi tidur, tingkat stres dan asupan energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa baru 2020/2021 FKM UNAIR', *Media Gizi Kesmas*, 11(1), pp. 218-224.

- Sinaga, J. *et al.* (2024) 'Gula dan kesehatan: Kajian terhadap dampak kesehatan akibat konsumsi gula berlebih', *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(1), pp. 54-68.
- Sirajuddin (2018) *Survei konsumsi pangan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Soesana, A. *et al.* (2023) *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Kita Menulis.
- Subekti, N.M., Prasetyanti, D.K. and Nikmah, A.N. (2020) 'Gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja', *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), pp. 159–165. doi:10.30737/jumakes.v1i2.775.
- Sumarni, S. and Bangkele, E.Y. (2023) 'Persepsi orang tua, guru dan tenaga kesehatan tentang obesitas pada anak dan remaja', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(1), pp. 58-64.
- Survei Kesehatan Indonesia (2023) SKI. *Survei Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pp. 1–68.
- Suryanto, H. and Supaati (2021) 'Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan gizi seimbang pada anak sekolah', in *Proceedings of the 2nd Wijayakusuma National Conference (WiNCo) 2021*, pp. 133–138.
- Suryati, S., Dormina, D. and Irwandi, I. (2024) 'Edukasi pengaruh pola tidur terhadap obesitas pada remaja', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(1), pp. 112-118.
- Susanti, S.E. and Indrawati, V. (2023) 'Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku konsumsi fast food siswa SMA Negeri 2 Tuban', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(2), pp. 190-197.
- Susilawati, R., Pratiwi, F. and Adhisty, Y. (2022) 'Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenorhoe terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai disminorhoe di kelas XI SMA N 2 Banguntapan', *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta*, 3(2), pp. 37-54.
- Syifa, E.D.A. and Djuwita, R. (2023) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi lebih/obesitas pada remaja siswa SMA Negeri di Kota Pekanbaru', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), pp. 368-378.
- Telisa, I., Hartati, Y. and Haripalu, A.D. (2020) 'Faktor risiko terjadinya obesitas pada remaja SMA', *Falatehan Health Journal*, 7(3), pp. 124-131.
- Titin, T. *et al.* (2023) 'Memahami media untuk efektifitas pembelajaran', *JUTECH: Journal Education and Technology*, 4(2), pp. 111-123.

- Tumanggor, L. (2025) 'Pemberian edukasi gizi media poster dan kipas "Isi Piringku" terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada siswa SMPN 31 Medan 2023', *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 8(2), pp. 302-308.
- Ulya, R., Fikri, M. and Jessica, F. (2022) 'Efektivitas pendidikan kesehatan dengan e-book terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang SADARI', *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 14(1). doi:10.30633/jkms.v14i1.1782.
- UNICEF (2021) *Analisis lanskap kelebihan berat badan dan obesitas di Indonesia*. UNICEF.
- Wahyuni, S. and Kurnia, D. (2023) 'Peningkatan pengetahuan siswa melalui penggunaan board game di kelas IV SDN 07 Sukarame', *Jurnal Pendidikan Dasar*, 15(2), pp. 132-140.
- Wardhany, N.A., Farida, Y. and Niruni, R. (2022) 'Pengaruh media edukasi terhadap pengetahuan siswa sekolah dasar tentang pencegahan Covid-19', *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 8(2), pp. 80-86.
- Waruwu, F. (2024) 'Peran pendidikan karakter dalam membentuk sikap positif terhadap belajar anak di sekolah', *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(3), pp. 11002-11008.
- Weijters, B. and Baumgartner, H. (2012) 'Misresponse to reversed and negated items in surveys: a review', *Journal of Marketing Research*, 49(5), pp. 737-747. doi:10.1509/jmr.11.0368.
- Widnatusifah, E. *et al.* (2020) 'Gambaran asupan zat gizi dan status gizi remaja pengungsian Petobo Kota Palu', *JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1).
- Wijayanti, T.S., Fayasari, A. and Khasanah, T.A. (2021) 'Permainan edukasi ular tangga meningkatkan pengetahuan dan konsumsi sayur buah pada remaja di Jakarta Selatan', *Journal of Nutrition College*, 10(1), pp. 18-25. doi:10.14710/jnc.v10i1.29153.
- World Health Organization (2018) *Guidance on ethical considerations in planning and reviewing research studies on sexual and reproductive health in adolescents*. Geneva: WHO.
- World Health Organization (2021) *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva: World Health Organization Department of Noncommunicable Disease Surveillance. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental>.
- World Health Organization (2021) Obesity and overweight. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.

- World Health Organization (2022) Adolescent health. Available at: <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/adolescent-health>
- Wulansari, A. *et al.* (2024) 'Pengaruh edukasi gizi dan permainan Ular TangGiz terhadap pengetahuan gizi siswa SMA PGRI 2 Kota Jambi', *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(3), pp. 378–386. doi:10.36565/jak.v6i3.590.
- Yanti, R., Nova, M. and 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.
- Zakiah, S. *et al.* (2023) 'The effect of nutrition education on knowledge, attitudes, and iron intake in adolescent girls', *Journal of Health and Nutrition Research*, 2(3), pp. 131–139. doi:10.56303/jhnresearch.v2i3.174.
- Zingora, T. and Flache, A. (2025) 'Effects of friendship influence and normative pressure on adolescent attitudes and behaviors', *Personality and Social Psychology Bulletin*. doi:10.1177/01461672251366388.
- Zubaidah (2020) 'Pengembangan preventive e-education berbasis aplikasi Play Store untuk membatasi dependensi pada asupan gula, garam, dan lemak', *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 4(1), pp. 1-9.
- Zuchdi, D. (2016) 'Pembentukan sikap', *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3(3). doi:10.21831/cp.v3i3.9191.