

DAFTAR PUSTAKA

1. UNICEF. Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia. Jakarta: UNICEF Indonesia; 2021.
2. Rasmaniar, Rofiqoh, Kristianto Y, dkk. Kesehatan dan Gizi Remaja. Yayasan Kita Menulis; 2023.
3. Kemenkes RI. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka. 2023.
4. Margianti NJ. Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *J Akad Baiturrahim Jambi*. 2021;10(1):231–7.
5. Brown JE, Lechtenberg E, Murtaugh MA, Splett PL, Stang J, Wong R, et al. 6th Ed Nutrition Through the Life Cycle [Internet]. 2017. 1–610 p. Available from: www.cengage.com/highered
6. Sumartini E, Ningrum A. Gambaran Perilaku Makan Remaja. *J Ilm Kesehat Keris Husada*. 2022;6(01):46–59.
7. Nurjanah R. Faktor-Faktor Pola Makan Pada Remaja di SMK Negeri 4 Yogyakarta. *J Pendidik Tek Boga*. 2017;1–83.
8. Hermina, Prihatini. Gambaran Konsumsi Sayur dan Buah Penduduk Indonesia dalam Konteks Gizi Seimbang: Analisis Lanjut Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) 2014. *Bul Penelit Kesehat*. 2016;44(3):205–18.
9. Arisman. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC; 2009.
10. Muna NI, Mardiana. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja. *Sport Nutr J*. 2019;1(1):1–11.
11. WHO. Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition. Who. 2018.
12. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Vol. 53, Kementerian Kesehatan RI. 2018. 1689–1699 p.
13. Ningsih NS, Gusriati, Murnita. Analisis Pola Pangan Dan Konsumsi Sayur Serta Buah Pada Rumah Tangga Petani Jagung Di Kelurahan Limau Manis. *Menara Ilmu*. 2022;16(2).
14. Yuniarti E. Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Kegemukan Remaja di Kota Padang. *J Sehat Mandiri*. 2023;18(1):137–45.
15. Liasih Y, Rohani T. Dampak Rendahnya Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Remaja Putri Kelas X IPA Di SMA Negeri1 Sewon Bantul. *J Ilmu Kebidanan*. 2019;6(1):38–44.
16. Hartati Y, Telisa I, Susanto E, Siregar A. Gambaran Asupan Zat Gizi, Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Haemoglobin Siswa SMP. *JGK J Gizi dan Kesehat*. 2021;1(1):26–32.
17. Prihantingsih A. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Serat Buah Dan Sayur Pada Remaja Sma Uswatun Hasanah Jakarta-Timur 2018. *J Ilm*

- Kesehat Stikes Bhakti Pertiwi Indones. 2020;4 (2)(1).
18. Ruaihah A. Penyakit Akibat Lalai Mengonsumsi Buah dan Sayur Serta Solusi Penyembuhannya. Heal Indonesia; 2009.
 19. Rarastiti CN. Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *J Penelit Inov.* 2022;2(2):281–8.
 20. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2012.
 21. Herman H, Citrakesumasari C, Hidayanti H, Jafar N, Virani D. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet Kemenkes Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Makassar. *J Gizi Masy Indones.* 2020;9(1):39–50.
 22. Nuryanto N, Pramono A, Puruhita N, Muis SF. Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan dan sikap tentang gizi anak Sekolah Dasar. *J Gizi Indones.* 2014;3(1):32–6.
 23. Sukraniti DP, Taufiqurrahman, S SI. *Konseling Gizi (Cetakan Pertama).* Kemenkes RI; 2018.
 24. Jatmika SED, Maulana M, Kuntoro, Martini S. *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan.* Khaizumah E, editor. K-Media Yogyakarta; 2019 p.
 25. Kusmaryati P. Efektivitas Penggunaan Leaflet Dan Buku Saku. 2017;64–70.
 26. Cahyani YE. [Skripsi] Pengaruh Penggunaan Pocket Book Sebagai Media Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta; 2020.
 27. Suaebah, Semah, Ginting M. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Buku Saku Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Konsumsi Fast Food. *J Kesehat Manarang.* 2018;4(1):26–32.
 28. Santrock JW. *Adolescence: Perkembangan Remaja.* 6th ed. Jakarta: Erlangga; 2003.
 29. Kemenkes RI. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak.* 2014.
 30. Francis W, Justine S, Leonard M, Stallings V, Babette Z. Risk factors for low serum 25-hydroxyvitamin D concentrations in otherwise healthy children and adolescents. *Am J Clin Nutr.* 2007;861.
 31. Khomsan A. *Pangan Dan Gizi Untuk Kesehatan.* Jakarta: PT Raja Grafindo; 2004.
 32. Baliwati, dkk. *Penantar Pangan dan Gizi.* Jakarta: Penebar Swadaya; 2004.
 33. Taringan R. Hubungan Kesukaan dan Ketersediaan dengan Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja. *J Keperawatan Imelda.* 2020;1(6):32–7.
 34. Marmi. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi.* Yogyakarta: Pustaka Belajar; 2013.
 35. Mahful MS, Salman S, Misnati M, Labatjo R, Goi M. Gambaran Kebiasaan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja. *J Heal Nutr.* 2022;8(1):15.
 36. KBBI. *Kamus Versi Online/Daring (Dalam Jaringan) [Internet].* Available from:

- <https://www.kbbi.web.id/>
37. Kemenkes. Final Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Covid-19. Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi COVID-19. 2020.
 38. Astawan M. Sehat dengan Buah: Panduan Lengkap Menjaga Kesehatan dengan Buah. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
 39. Yuliarti N. Hidup Sehat dengan Sayuran. Yogyakarta: Cakrawala; 2008.
 40. Murdiati A, Amaliah. Panduan Penyiapan Pangan Sehat Untuk Semua. 2nd ed. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2013.
 41. Almatsier S. Penuntun Diet Edisi Baru. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2010.
 42. Kemenkes RI. Pedoman Gizi Seimbang. Dirjen Bina Gizi; 2014.
 43. Wirakusumah ES. Jus Buah Dan Sayuran. Jakarta: Penebar Swadaya; 2007.
 44. Almatsier S. Penuntun Diet. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2008.
 45. Nainggolan O, Adiminca C. Diet Sehat Dengan Serat. 2005: Cermin Dunia Kedokteran; 2005.
 46. Hamidah S. Sayuran dan Buah Serta Manfaatnya Bagi Kesehatan Disampaikan dalam Pengajian Jamaah Langar Mafaza Kotagede Yogyakarta. Fak Tek Univ Negeri Yogyakarta. 2015;1–10.
 47. Santoso A. Serat Pangan dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. Magistra No 75 Th XXIII. 2011;
 48. Aphrodita. Terapi Jus Buah dan Sayur. Jogjakarta: Katahati; 2013.
 49. Arisman. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2010.
 50. Silalahi J. Antioksidan Dalam Diet Dan Karsinogenesis. 2006;153:42–7.
 51. Lubis Z. Hidup Sehat Dengan Makanan Kaya Serat. Bogor: IPB Press; 2009.
 52. Wade C, Tavris C. Psikologi. 9th ed. Jakarta: Erlangga; 2008. 258 p.
 53. Baker A, Wardle J. Sex Differences in Fruit and Vegetable Intake in Older Adults. *Appetite*. 2003;40:269–75.
 54. Ramadhani AK, Afifah CAN. Faktor yang Berhubungan dengan Keragaman Konsumsi sayuran dan Buah Remaja di Wilayah Pesisir Kabupaten Gresik. *Gorontalo J Nutr Diet*. 2021;1(2):50–63.
 55. Blazevic I. Family, Peer and School Influence on Children's Social Development. *World J Educ*. 2016;6(2).
 56. Notoatmodjo S. Metode Penelitian Teori dan Aplikasinya. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2003.
 57. Budiman, Riyanto A. Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
 58. Mubarak IM, Dkk. Promosi Kesehatan: Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2008.
 59. Supriasa IDN. Pendidikan dan Konsultasi Gizi. Jakarta: EGC; 2011.
 60. Effendy. Dasar-dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC; 2012.
 61. Kholid A. Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan

- Aplikasinya. Jakarta: Rajawali Pers; 2012.
62. Bahasa P. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Grasindo; 2016.
 63. Armelia D, Prihatin I, Susiaty UD, Studi P, Matematika P. Pengembangan Media Pocket Book Berbasis Discovery. 2019;3(3).
 64. Sankato, Bambang S. Pedoman Pengemasan Informasi. Pusat Perpustakaan dan Penyebaran Teknologi Pertanian; 2008.
 65. Sulistyani NHD, Jamzuri, Rahardjo DT. Perbedaan Hasil Belajar Siswa Antara Menggunakan Media Pocket Book Dan Tanpa Pocket Book Pada. *J Pendidik Fis.* 2013;1(1):164–72.
 66. Ana MA, Nur DR. Pembelajaran Menggunakan Pocket Book Untuk Meningkatkan Kemampuan Kosakata Bahasa Inggris Selama Masa Pandemi Covid-19. *J Empower Community Serv* [Internet]. 2021;1(01):10–4. Available from: <https://ojs.wiindonesia.com/index.php/jecsr/article/view/52>
 67. Azadirachta FL, Sumarmi S. Pendidikan Gizi Menggunakan Media Buku Saku Meningkatkan Pengetahuan dan Praktik Konsumsi Sayur dan Buah Pada Siswa Sekolah Dasar. *Media Gizi Indones.* 2017;12(2).
 68. Zein N, Mintarsih SN, Supadi J, Noviardhi A, Hendriyani H. Efektivitas Edukasi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) Dengan Media Buku Saku Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. *J Ris Gizi.* 2023;11(1).
 69. Hapsari B amalia, yuniarti, S.Gz M, Sulistyowati IEMK. Prevention of Hypertension and Sodium Eating Habits and Fiber on Teenager At Semarang 15. *J Ris Gizi.* 2015;3:46–52.
 70. Fitriana N, Afifah CAN. Pengaruh Media Zoom dan Buku Saku terhadap Pengetahuan dan Sikap Santriwati tentang Gizi Seimbang dan Body Image di Pondok Pesantren Attanwir. *J Gizi Kesehat.* 2023;15(1):160–71.
 71. Astuti NB, Sari EP, Felle G. Buku Cerita dan Buku Saku Sebagai Media Edukasi Untuk Meningkatkan Sayur dan Buah. *J Poltekkes Jayapura.* 2019;11(1).
 72. Ningrum N, Ambarwati R, Sulistyowati E, No Tittle. *J Ris Gizi.* 2019;7(2).
 73. Hafriyanto YD. Pengaruh Media Permainan Lintas Arus Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Tentang Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa di SDN 01 Tawangrejo Madiun [Skripsi]. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun; 2019.
 74. Effendi MS. Desain Eksperimental dalam Penelitian Pendidikan. Vol. 6, *Jurnal Perspektif Pendidikan.* 2013. p. 87–102.
 75. Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta: Salemba Medika; 2017.
 76. Budiarto E. *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat.* Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2012.
 77. Briawan D. Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Praktik Jajanan Anak Sekolah Dasar Peserta Program Edukasi Pangan Jajanan. *J Gizi dan Pangan.* 2016;11.
 78. Stefani M, Carin V, Maisaroh M, Bahtiar LT, Fauziyah SN, Jasmine N. Efek Pemberian Buku Saku Terhadap Pengetahuan Gizi Anemia Pada Siswi Kelas 10

- Di SMKN 45 Jakarta. *J Ilm Pengabd Masy.* 2023;7(1).
79. Dewi NKT, Kayanaya AAGR, Kencana IK. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Anemia Dan Asupan Konsumsi Zat Besi. *J Ilmu Gizi.* 2023;10(4):229–36.
 80. Zulferi Z, Puteri UM, Amos J. Pengaruh Media Teka Teki Silang Dalam Penyuluhan Overweight Dan Obesitas Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Kelas X Man 1 Kota Padang Tahun 2022. *Menara Ilmu.* 2022;16(2):188–96.
 81. Wijaya H, dkk. Pengaruh Edukasi Media Buku Saku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anemia Pada Siswi SMK Islam. *Gema Bidan Indonesia.* 2023;12(1).
 82. Yulinda A, Fitriyah N. Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sadari Di Smkn 5 Surabaya. *J Promkes.* 2018;6(2):116–28.
 83. Sari MWP, Nugraheni S, Aruben R. Pengaruh Buku Saku Terhadap Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja. *J Kesehat Masy.* 2017;5(1).
 84. Rinarto DL, Ilmi IM, Fatmawati I. Pengaruh Edukasi dengan Media Sosial Instagram dan Youtube Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang. *J Kesehat Masy.* 2022;11(3).

