

DAFTAR PUSTAKA

1. Tri Handari SR, Loka T. Hubungan Aktivitas Fisik dan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food* dengan Status Gizi Lebih Remaja SMA *Labschool* Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 2017;13(2):153–162.
2. Nurfiriani J, Kurniasari R. Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi dan Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang pada Remaja. *The Indonesian Journal of Health Promotion* [Online] 2023;6(3):503–6. Dari : <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i3.2929> [21 November 2025].
3. Juwita S, Herlina S, Qomariah S, Sartika W. Hubungan Pengetahuan Remaja Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Kota Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)* 2022;11(1):13–8.
4. Yanti R, Nova M, Rahmi A. Asupan Energi, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan, Berhubungan dengan Gizi Lebih pada Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)* 2021;8(1):45–53.
5. Cahyorini RW, Komalya INT, Suwita IK. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Konsumsi *Fast Food* terhadap Kejadian Gizi Lebih pada Remaja. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health* 2022;2(2):123.
6. Desalegn BB, Diddana TZ, Daba AK, Tafese TA. *Overnutrition in adolescents and its associated factors in Dale district schools in Ethiopia: a cross-sectional study*. *PeerJ* 2023;11:1–17.
7. Setyawati VAV, Rimawati E. Pola Konsumsi Fast Food Dan Serat Sebagai Faktor Gizi Lebih Pada Remaja. *Unnes Journal of Public Health* 2016;5(3):275.
8. *World Health Organization. Obesity and Overweight* [Online]. Dari : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> [4 Februari 2026].
9. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 [Online]. Jakarta : Lembaga Penerbit Balitbangkes ;2018. hal 156. Dari : https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf [24 November 2025].
10. Kementerian Kesehatan RI. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013 [Online]. Jakarta : Balitbang Kemenkes RI;2013. hal 124. Dari : https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4467/1/Laporan_riskesdas_2013_final.pdf [24 November 2025].
11. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018 [Online]. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan;2018. Dari : <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3906/> [24 November

2025].

12. Kementerian Kesehatan RI. Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). [Online] Jakarta : Kemenkes;2023. Dari : <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/> [24 November 2025].
13. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Dalam Angka Provinsi Sumatera Barat Tahun 2013. Padang : Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat;2013.
14. Aulia KI, Budiono I. Determinan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja di SMA Kesatrian 1 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan* 2023;16(3):268–79.
15. Hadi H. Gizi Lebih Sebagai Tantangan Baru dan Implikasinya terhadap Kebijakan Pembangunan Kesehatan Nasional. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* 2004;1(3):47–53.
16. Kementerian Kesehatan RI. Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas. Jakarta : Direktorat Jendral Pencegakan dan Pengendalian Penyakit;2017.
17. Kansra AR, Lakkunarajah S, Jay MS. *Childhood and Adolescent Obesity : A Review. Frontiers in Pediatrics* 2021;8(581461):1–16.
18. Intantiyana M, Widajanti L, Rahfiludin MZ. Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Putri Gizi Lebih Di SMA Negeri 9 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2018;6(5):404–12.
19. Palupi KC, Fauziah NS, Utami DA, Dewanti LP, Ronitawati P. Pengaruh Intervensi Sadar Puasa Ramadan terhadap Asupan Zat Gizi Makro, Serat, Gula dan Aktivitas Fisik diantara Remaja Putri Gizi Lebih. *Amerta Nutrition* 2022;6(1SP):146–56.
20. Widiastuti AO, Widiyaningsih EN. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Sekolah Menengah Atas Di Kota Surakarta. *University Research Colloquium* 2022. Pekalongan : Konsorsium LPPM Perguruan Tinggi Muhammadiyah 'Aisyiyah (PTMA) Jawa Tengah.
21. Junaedi MP, Nelissa D. Hubungan Aktivitas Fisik terhadap *Overweight* dan *Body Fat Percentage Classification* (BFPC) pada Remaja di Kota Pontianak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat ITEKES Cendekia Utama Kudus* 2024;12(3):303–12.
22. Puskesmas Andalas. Laporan Hasil Skrining Puskesmas Andalas Tahun 2024. Padang : Puskesmas Andalas;2024.
23. *World Health Organization. Adolescent health* [Online]. 2025. Dari : <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health> [4 Februari 2026].
24. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2024.
25. Telisa I, Eliza E. Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Besi, Kadar Haemoglobin, dan Risiko Kurang Energi Kronis pada Remaja Putri. *AcTion: Aceh Nutrition Journal* 2020;5(1):80–6.
26. Hong S. *Essential Micronutrients in Children and Adolescents With a Focus on*

Growth and Development: A Narrative Review. Journal Yeungnam Medical Science 2025;42(25):1–12.

27. Simatupang AM, Dewi YLR, Andayani TR. Akurasi Metode Penilaian Konsumsi Pangan sebagai Pengukuran Asupan Mikronutrien pada Remaja: *Scoping Review. Amerta Nutrition* 2024;8(4):642–53.
28. Soliman A, Alaaraj N, Hamed N, Alyafei F, Ahmed S, Itani M, et al. *Nutritional Interventions During Adolescence and Their Possible Effects. Acta Biomedica* 2022;93(1):e2022087.
29. Fakhirah AG, Hidayah L, Rahayu A, Rahmadaniah D, Nisa K, Aisyah S, et al. Program PENGINTAR (Pentingnya Gizi terhadap Remaja) di SMPN 22 Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan. *Jurnal Suaka Indan Mengabdi (JSIM)* 2023;5(2):55–63.
30. Najdah, Nurbaya, Irwan Z. Kebiasaan Makan dan Status Gizi pada Remaja di Mamuju menggunakan Adolescents' Food Habits Checklist. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan* 2024;5(2):540–6.
31. Naufalina MD, Nabawiyah H, Sari DD. Status Gizi pada Siswi Remaja di Pondok Pesantren Modern. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* 2023;19(3):112–8.
32. Tunjung APS, Tsiompah G, Permatasari O. Indeks Massa Tubuh Menurut Usia, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan Pada Remaja SMP Negeri 13 Semarang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum* 2024;2(4):94–103.
33. Kamilah SN, Supriati R, Haryanto H, Atmaja VY. Pemeriksaan Status Gizi berdasarkan Nilai Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 159 Bengkulu Utara. *Indonesian Journal of Community Empowerment and Service* 2022;2(2):95-100.
34. Gupta M, Borle A, Chhari N, Gupta S. *Nutritional Status Assessment Using WHO Z-Scores (BMI for Age) in Children Aged 6–15 Years: A Study From Central India. National Journal of Community Medicine* 2015;6(1):92–7.
35. Putri EBA, Nurbaeti TS, Dhewi S, Conterius REB, Badi'ah A, Afrinis N, et al. *Ilmu Gizi dan Pangan (Teori dan Penerapan)*. Bandung: CV. Media Sains Indonesia; 2023.
36. Lestari DF, Satriawan D, Duya N, Febrianti E, Wulansari SS. Penilaian Status Gizi Secara Antropometri Fisik pada Siswa Perempuan di SMPIT Generasi Rabbani Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)* 2023;4(2):1360–6.
37. Ratumanan SP, Achadiyani, Khairani AF. Metode Antropometri Untuk Menilai Status Gizi : Sebuah Studi Literatur. *Health Information: Jurnal Penelitian* 2023;15(1):1-10.
38. Purba NP, Kirani N, Sitepu ASB, Siregar IR, Priantono D, Partisya NM, et al. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja MTs Al-Washliyah Desa Celawan, Kec. Pantai Cermin, Kab. Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama* 2024;13(1):72–81.
39. Triwahyuningsih RY, Kumalasary D, Hidayah FN, Iskandar F. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi pada Remaja Putri di SMAN 2 Kota Cirebon.

Jurnal Kesehatan Tambusai 2024;5(2):4209–16.

40. Rahayu TB, Fitriana. Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Kesehatan* 2020;6(1):46–51.
41. Hartanti A, Harwati R, Arswinda. Hubungan Pengetahuan tentang Nutrisi dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas VII di SMP N 3 Boyolali. *Jurnal Cakrawala Keperawatan* 2024;01(02):134–45.
42. Nasution AS, Nuraida I, Putri DL, Raharsari RT, Suhenda D. Determinan Status Gizi Remaja Usia 12-16 Tahun. *Jurnal Ilmiah Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya* 2023;18(02):128-135.
43. Pantaleon MG, Petrika Y, Zogara AU, Niron M. Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi serta Pengetahuan dengan Status Gizi pada Remaja di Kota Kupang. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan* 2025;6(2):301–8.
44. Muchtar F, Effendy DS, Lestari H, Bahar H. Pengukuran Status Gizi Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi di Desa Mekar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe. *Jurnal Mandalanursa* 2022;4(1):43–8.
45. Ruspita R, Rahmi R, Tanberika FS. Edukasi Asupan Gizi Seimbang pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat 360 Derajat* 2024;7–10.
46. Gusmita D, Fatmawati TY, Jeki AG, Indrawati I, Wulansari A. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gizi Kurang pada Remaja Putri di SMPN Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Pamenang - JIP* 2024;6(2):199–205.
47. Sari IP, Indah W, Ningsih F, Arinda DF. Upaya Intervensi Gizi Sensitif pada Remaja Putri melalui Pemetaan Sosial dan Formulasi Produk Pangan Lokal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 2025;7(1):10–22.
48. Muchtar F. Edukasi Gizi Seimbang sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi pada Remaja Putri di Desa Mekar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe. *Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat)* 2023;1(2):266–74.
49. Darmawati I, Arumiyati S. Pengetahuan Gizi Remaja SMPN 40 Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan (Poltekkes Ternate)* 2017;10(2):49.
50. Asnia WOSN, Effendy DS, Ruwiah. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024. *Jurnal Medika Nusantara* 2025;3(1):86–93.
51. Lestari PY. Hubungan Pengetahuan tentang Gizi terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika* 2022;8(1):65–9.
52. Rahayu D, Idayanti, Atasasih H, Paramita IS. Pembentukan Sikap dan Perilaku Sadar Gizi Remaja melalui Edukasi Pedoman Gizi Seimbang pada Remaja. *Journal of Community Engagement in Health* 2025;4(1):9–15.
53. Uramako DF. Faktor Determinan yang Berpengaruh Terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 2021;10(7):560–7.
54. Utami NM, Hidayanti L, Aisyah IS. Tingkat Pengetahuan Gizi dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri. *Nutrition Scientific Journal* 2023;2(2):20–7.
55. Salsabela AE, Hardiningsih EF. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Frekuensi

- Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Kelas 9 Di SMP Negeri 29 Samarinda. *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science* 2023;1(4):877–87.
56. Aisyah S, Batubara WRP, Manurung J, Ambarita AT, Nainggolan FA. Intervensi Edukasi Gizi Seimbang bagi Remaja dalam Upaya Pencegahan Obesitas dan Penyakit Degeneratif di SMP Swasta 102114244 Nusantara Lubuk Pakam. *Jurnal Pengmas Kestra (JPK)* 2025;5(1):148–54.
 57. Mafluha Y, Rahmi MA. Hubungan Pengetahuan Gizi, Perilaku Makan, dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Banten Kota Tangerang Tahun 2024. *Jurnal Obstretika Scientia* 2024;12(2):247–59.
 58. Mancone S, Corrado S, Tosti B, Spica G, Di Siena F, Misiti F, et al. *Enhancing Nutritional Knowledge and Self-Regulation Among Adolescents: Efficacy of a Multifaceted Food Literacy Intervention*. 2024;15:1405414.
 59. Halimatussa'diah DM, Tambunan M, Sitoayu L, Gifari N. Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan E-Diary terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Persepsi Perilaku pada Remaja Putri. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan* 2025;6(2):394–402.
 60. Haryana NR, Azbi CM, Sandy YD, Firmansyah H, Rosmiati R. Pengembangan Aplikasi *Self-Dietary Assessment “Diary NutriMe”* sebagai Media Pendampingan Gizi bagi Remaja Overweight dan Obesitas. *Amerta Nutrition* 2024;8(3):71–81.
 61. Sari W, Widanti NPT, Yani RWE, Jehanara, Prasetyo E. *The Impact of Nutrition Education on Healthy Eating Habits Among Adolescents*. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan* 2023;8(1):575–80.
 62. Nuryani. Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang pada Remaja. *Jurnal Gizi dan Kesehatan* 2019;3(2):37–46.
 63. Fatmawati I, Wahyudi CT. Gizi Seimbang pada Remaja Putri di Sekolah Menengah. *Jurnal Pengabdian Gizi dan Kesehatan Masyarakat Indonesia* 2023;1(1):32–7.
 64. Thompson C, Vidgen HA, Gallegos D, Hannan-Jones M. *Validation of a revised General Nutrition Knowledge Questionnaire for Australia*. *Public Health Nutrition* 2020;24(7):1608–18.
 65. Lathifah, Darmin, Alkhair, Salsabiila, Firmansyah M, Lestari EP, et al. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang 4 Pilar Gizi Seimbang Dengan Status Gizi. *Jurnal Promotif Preventif* 2024;7(6):1189–95.
 66. Rukmana E, Fransiari ME, Damanik KY, Nurfazriah LR. Penilaian Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang serta Status Gizi pada Remaja di Sekolah Menengah Atas (SMA) Yayasan Bandung, Kabupaten Deli Serdang. *Amerta Nutrition* 2023;7(2):178–83.
 67. Sulya HA, Marta AT, Jausal AN, Maulana M, Iyos RN, Wardhana MF. Peningkatan Kesadaran Gizi Seimbang pada Remaja melalui Edukasi di MAN 1 Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai* 2025;10(1):218–21.
 68. Natasha N, Uswah J, Pertiwi L. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap Konsumsi Sayur pada Anak Sekolah Dasar. *Primary Journal of*

Multidisciplinary Research 2025;1(4):158–62.

69. Martanti S, Batubara L, Arsyad M, Syam E. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Pola Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. *Junior Medical Journal* 2024;2(7):831–42.
70. Djide NAN, Pebriani R. Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan pada Mahasiswa. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar* 2023;XVIII(1):112–8.
71. Nuryandini E, Aji AS, Nurwanti E. *Effect of Nutrition Counseling and Self-Monitoring Mobile Application (MyFitnessPal) on Iron and Calcium Intake Among Overweight and Obese College Students*. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2021;9(2):68–76.
72. Nurhazizah, Hasibuan SS, Siregar ARR, Raspiyahni. Analisis Tingkat *Self Management Dietary Behaviors* Pada Mahasiswa Semester VII di Fakultas Kesehatan Masyarakat Kampus IV Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Tahun 2024. *Jurnal Manajemen Informasi Kesehatan* 2025;10(1):122–31.
73. Maulida R, Nanishi K, Green J, Shibanuma A, Jimba M. *Food-choice Motives of Adolescents in Jakarta, Indonesia: the Roles of Gender and Family Income*. *Public Health Nutrition* 2016;19(15):2760–8.
74. Muliani U, Sumardilah DS, Lupiana M. Asupan Gizi dan Pengetahuan dengan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal STIKER Al-Ma'arif Baturaja* 2023;8(1):35–42.
75. Rejeki S, Faradilla RF, Elvira I, Nadila. Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, dan Serat dari Pangan Pokok di Wilayah Non Pertanian di Kota Baubau 2022. *Jurnal Gizi Ilmiah* 2024;11(1):35–41.
76. Andayani RP, Afnuhazi R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Mercusuar* 2022;5(2):41–8.
77. Lasepa W, Hendrarini AT. Pengetahuan dan Asupan Gizi Sebagai Faktor Penyebab Terjadinya Gizi Kurang (*Thinness*) pada Remaja di MTs Muhammadiyah Penyasawan. 2022.
78. Maureen L, Lende R, Wahyuningsih U, Marjan AQ. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Masalah Gizi Lebih pada Guru Sekolah Menengah Atas di Kota Bogor. *Amerta Nutrition* 2024;8(3):127–40.
79. Edy AP, Patimah S, Ahri RA. Hubungan Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kegemukan Remaja Putri SMA Negeri 1 Majene. *Window of Public Health Journal* 2024;5(1):47–57.
80. Eka S, Intan N, Palupi NS, Prangdimurti E. Tingkat Asupan Makronutrien dan Gaya Hidup terhadap Risiko terjadinya Obesitas di Lima Provinsi di Indonesia. *Jurnal Mutu Pangan* 2021;8(2):88–96.
81. Mulya HC, Sumargi AM. *Self-Regulation* dan Perilaku Makan Sehat Mahasiswa yang Mengalami *Dyspepsia* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Jurnal Experientia* 2016;4(2):65–74.

82. Ardiyanti ND, Diana R. Validasi *Semi Quantitative-Food Frequency Questionnaire* terhadap *Estimated Food Record* untuk Menilai Konsumsi Total Buah dan Sayur pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi* 2025;3(2):227–36.
83. Abeng AT. Faktor Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi Siswa di SMA Negeri 2 Kota Palangka Raya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 2020;12(1):88–94.
84. Alkaririn MR, Aji AS, Afifah E. Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Status Gizi Mahasiswa Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta. *Pontianak Nutrition Journal* 2022;5(1):146–51.
85. Jeki AG, Wulansari A. Penguatan Literasi Tentang Aktivitas Fisik Pada Remaja Sebagai Upaya GERMAS Di SMPN 5 Kota Jambi. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat* 2023;2(2):423–429.
86. Salmi, Markuri TD. Faktor Sosioekonomi dan Tingkat Aktivitas Fisik Remaja pada Masa Pandemi COVID-19: Studi pada Siswa SMK. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha* 2022;10(2):194–200.
87. Rochmah A, Nadhiroh SR. Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 25 Surabaya. *Media Gizi Kesmas* 2024;13(1):234–40.
88. Fadilla TC, Azlita D, Rezkiani S, Siregar MPD, Khairunnisa Y, Vifiyanti W, et al. Pentingnya Aktivitas Fisik bagi Remaja di SMA PGRI 2 Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)* 2024;6(3):387–95.
89. Syalfina AD, Mafticha E, Putri AD, Irawati D, Priyanti S, Sulistyawati W. Faktor yang Berpengaruh terhadap Aktivitas Fisik pada Remaja di MAN 2 Kabupaten Mojokerto. *Al-Tamimi Kesmas Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 2024;13(2):298–306.
90. Inayah M, Penyami Y, Triasari L. Optimalisasi Kesehatan Ginjal Melalui *Self-Management* bagi Remaja di Wilayah Kelurahan Bendan Kergon Kota Pekalongan. *Jurnal Lintas Pengabdian Masyarakat* 2025;5(1):1–6.
91. Zulfikar M, Anwar NIA, Listiandi AD. Keyakinan terhadap Keterlibatan pada Aktivitas Fisik: Studi *Self-Efficacy* Mahasiswa. *Indonesian Journal of Physical Activity* 2024;4(2):209–16.
92. Anggraini NV, Hutahean S, Firmansyah T, Nuryanta MR, Apriliana V, Lestari BD, et al. Penggunaan Monitoring Mandiri melalui Sistem Informasi Pemantauan Obesitas Remaja (SIFORTASIMA) dalam Pencegahan Obesitas Remaja. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* 2022;5(11):4025–33.
93. Putri DAL, Kisnawaty SW, Zulaekah S. Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja. *Nutrix Journal* 2025;9(1):1–10.
94. Pratama MA, Jumiyati, Natan O. Pengaruh Pendidikan Gizi menggunakan Kartu Edukasi Gizi (KARZI) terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang dan Asupan Zat Gizi Makro pada Anak Sekolah Dasar di SDN 27 Kota Bengkulu Tahun 2024. *Journal of Nursing and Public Health* 2024;12(2):617–28.
95. Nafian NA, Yuniarti, Prihatin S, Jaelani M, Ambarwati R. Pengembangan

- Media Edukasi *Self-Monitoring Card* untuk Monitoring Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Pasien Rawat Jalan. *Jurnal Riset Gizi* 2024;12(2):190–7.
96. Lufiasari V, Setyaningsih RD, Sumarni T. Pemanfaatan Kartu Kontrol Sebagai Upaya Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus. *Viva Medika* 2015;08(14):1–9.
 97. Febrina A, Simbolon D, Ningsih L. Control Card Sebagai Media yang Efektif untuk Meningkatkan Perilaku Konsumsi Obat Tuberkulosis. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 2024;15(3):482–6.
 98. Dalong L, Manurung IFE, Berek NC, Weraman P, Roga AU. Efektivitas Pendidikan Kesehatan terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Hipertensi: Studi Pra-Eksperimental di Fasilitas Kesehatan Primer. *Jurnal Promotif Preventif* 2025;8(4):768–76.
 99. Selamat R, Azlina N, Aziz A, Raib J, Zulkafly N, Mohamad WAW, et al. *Effects of a Nutrition Education Intervention on Nutrition Knowledge and Attitude among Overweight and Obese Primary Schoolchildren : a Cluster Randomized Controlled Trial. BMC Public Health [Online]* 2024;24(3629):1–14. Dari : <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21671-1> [19 Februari 2026].
 100. Assidhiq MR, Prihatin S, Susiloretni KA. Efektifitas Edukasi Gizi Dengan Media *E-Booklet* Pencegahan Obesitas Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Serta Penurunan Berat Badan Pada Remaja. *Jurnal Riset Gizi* 2018;10(2):138–43.
 101. Rotunda W, Rains C, Jacobs SR, Ng V, Lee R, Rutledge S, et al. *Weight Loss in Short-Term Interventions for Physical Activity and Nutrition Among Adults With Overweight or Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis. Preventing Chronic Disease Public Health Research, Practice, and Policy* 2024;21(21):1–18.
 102. Pritasari, Damayanti D, Karina SM, Nixon AS, Salsabila D. *The effect of nutrition education on knowledge, nutrients intake, and physical activity of children with overweight and obesity at elementary school in Jakarta Indonesia. International Journal of Community Medicine and Public Health* 2024;11(3):1058–65.
 103. Maehara M, Rah JH, Roshita A, Suryantan J, Rachmadewi A, Izwardy D. *Patterns and Risk Factors of Double Burden of Malnutrition among Adolescent Girls and Boys in Indonesia. PLoS ONE* 2019;14(8):e0221273.
 104. Amalia TP, Sulistyowati E, Mintarsih SN. Efektivitas Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media *E-Booklet* Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswa *Overweight* di Batang. *Jurnal Riset Gizi* 2023;11(1):13–7.