

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, C. N., Prastia, T. N., & Rachmania, W. (2019). Gambaran Status Gizi Berdasarkan Lingkar Lengan Atas dan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa FIKES UIKA Bogor Tahun 2019. *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(5), 340–350.
- Adityawarman. (2007). *Hubungan aktivitas fisik dengan komposisi tubuh pada remaja*. 1–24.
- Agustina, W. (2019). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Marina Permai Kota Palangka Raya Relationship of Physical Activity with Obesity in Productive Age in the Working Area of the Marina Permai Puskesmas City Pala. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 1–8.
- Akhriani, M. (2023). Pengkajian Status Gizi Berdasarkan Persen Lemak Tubuh Dan Pemberian Konseling Interpretasi Hasil Pengukuran Pada Pkm Di Milad Universitas Aisyah Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)*, 5(2), 112–116. <https://doi.org/10.30604/abdi.v5i2.1319>
- Amrynia, S. U., & Prameswari, G. N. (2022). Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle, dan Durasi Tidur dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Demak). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 112–121. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.52044>
- Anggraini, D. (2024). Tinjauan Pustaka : Sindrom Metabolik. *Jurnal Syntax Admiration*, 5(3).
- Anggraini, O. (2018). Tidak ada korelasi antara asupan karbohidrat sederhana, lemak jenuh, dan tingkat aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja dengan kegemukan dan obesitas. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.30867/action.v3i1.89>
- Awalya, K. P., & Taftazani, B. M. (2024). Gangguan Dismorfik Tubuh pada Remaja Perempuan. *Social Work Journal*, 14(1), 67–74.
- Azimah, F., Ulvie, yuliana N. S., Jauharany, F. F., & Sulistiani, R. P. (2024). Jumlah Uang Saku , Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Persentase Lemak Tubuh Pada Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 7, 511–522.
- Clara, S., Lewa, P., & Amani, P. (2024). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Aktivitas Fisik dengan Komposisi Tubuh pada Siswa SMA. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 19(2), 124–131.
- Corrêa, C. R., Formolo, N. P. S., Dezanetti, T., Speretta, G. F. F., & Nunes, E. A. (2021). Relative Fat Mass is a Better Tool to Diagnose High Adiposity when Compared to Body Mass Index in Young Male Adults: A Cross-Section Study. *Clinical Nutrition ESPEN*, 41, 225–233.
- Daniartama, B., Murbawani, E. A., Wijayanti, H. S., & Syauqy, A. (2021). Obesitas Berhubungan Dengan Pre Menstrual Syndrome (Pms) Pada Mahasiswa. *Journal of Nutrition College*, 10(3), 207–217. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i3.30808>
- Evan, Wiyono, J., & Candrawati, E. (2017). Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*, 2(3), 708–717.
- Febrina, I., & Rahmat, H. K. (2025). Faktor Penyebab Stres Pada Relawan Bencana dan Karyawan Dalam Sebuah Organisasi : Sebuah Tinjauan Pustaka. *Journal of Current Research in Management, Policy, and Social Studies*, 2(1), 41–48.
- Febriyanti, E. (2023). *Menghitung Z-score indeks IMT/U*.
- Firdaus, N. V, Ardyanto, T. D., & Qadrijati, I. (2023). Relative Fat Mass and

- Bioelectrical Impedance Analysis to Measure Body Fat Percentage in Adolescents. *Jurnal Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 33(3), 117–122.
- Gallagher, D., Heymsfield, S. B., Heo, M., Jebb, S. A., Murgatroyd, P. R., & Sakamoto, Y. (2000). Healthy percentage body fat ranges: an approach for developing guidelines based on body mass index 1 – 3. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(3), 694–701. <https://doi.org/10.1093/ajcn/72.3.694>
- Habibaturochmah, & Fitranti, D. Y. (2014). Hubungan Konsumsi Air, Asupan Zat Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Persen Lemak Tubuh pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 595–603.
- Hafid, F., Cahyani, Y. E., & Ansar, A. (2019). Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Komposisi Lemak Tubuh Remaja Sma Karuna Dipa Palu. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 104–111. <https://doi.org/10.31934/promotif.v8i2.492>
- Hanifah, W., Oktavia, W. S., & Nisa, H. (2021). Faktor Gaya Hidup dan Penyakit Jantung Koroner: Review Sistematis pada Orang Dewasa di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 44(1), 45–58.
- Hanum, A. M. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Obesitas Pada Remaja. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 137–147. <https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.539>
- Haryadi, S. W., Nugraha, S., & Kawuryan, D. L. (2023). Hubungan antara Konsumsi Makanan Cepat Saji, Jenis Kelamin, dan Aktivitas Fisik dengan Persentase Lemak Tubuh pada Siswa SMP di Surakarta. *GHIDZA: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(1), 53–63.
- Hoetomo. (2005). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Mitra Pelajar.
- Hurt, R. T., Ebbert, J. O., Croghan, I., Nanda, S., & Mundi, S. (2021). The Comparison of Segmental Multi-frequency BIA and DXA for Estimating Lean Body Mass and Percent Body Fat in an Ambulatory Population. *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition*, 45(6), 1231–1238. <https://doi.org/10.1002/jpen.1994>
- Isroani, Furida., Mahmud, Syahrudin., Qurtubi, Ahmad., Pebriana, Putri Hana., Karim, Andi Rahmatia., Yuwansyah, Yetti., Yetti, Refnil., Kessi, Andi Muhammad Fura., Aminah., Ningrum, Nila Ainu., Natalia, Lia., Rosidah, Ani., Djibu, Rusdin., Jismayadi., Suk, M. (2023). *Psikologi Perkembangan*. Mitra Cendekia Media.
- Jaya, A. A. Y. W., Rusmiatik, Herlinawati, & Arjita, I. P. D. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Pinggang dengan Kekuatan Otot Lengan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. *Nusantara Hasana Journal*, 2(10), 50–61.
- Karina Nur Safitri, Salma Irdhillah, Mila Deskia, Moch Fitran Naufaldy, Restu Rahayu, Nazwa Kusumawicitra, Selvi Triwanvi, Agus Mulyana, & Agus Mulyana. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44–56. <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2108>
- Kementerian Kesehatan, I. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014*.
- Kementerian Kesehatan, I. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Antropometri Anak*.
- Kementerian Kesehatan, I. (2025). *Kategori Usia*. Kementerian Kesehatan. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia>
- Kobo, O., Leiba, R., Avizohar, O., & Karban, A. (2019). Relative fat mass is a better predictor of dyslipidemia and metabolic syndrome than body mass index.

- Cardiovascular Endocrinology & Metabolism*, 8(3), 77–81.
<https://doi.org/10.1097/XCE.0000000000000176>
- Komang Ayu Trisna Paramita, Suyasaning Hastiko Indonesiani, & Luh Gede Pradnyawati. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja SMAN 4 Denpasar Selama Masa Pandemi Covid-19. *Aesculapius Medical Journal*, 3(1), 117–123. <https://doi.org/10.22225/amj.3.1.2023.117-123>
- Kowalski, K. C., & Ph, D. (2004). *The Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C) and Adolescents (PAQ-A) Manual* (Issue August).
- Kuo, F., Lu, C., Wu, L., Kao, T., Su, S., Liu, J., Chen, K., Chang, C., Kuo, C., Id, H. L., & Hsieh, C. (2020). Comparison of 7-site skinfold measurement and dual-energy X-ray absorptiometry for estimating body fat percentage and regional adiposity in Taiwanese diabetic patients. *PLoS ONE*, 15(7), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236323>
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(04), 179–190.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku_pemantauan_aktivitas_fisik.pdf?sequence=1
- Kusumo Prasetyo Mahendro. (2021). Buku pemantauan aktivitas fisik. In *Pharmacognosy Magazine* (Vol. 75, Issue 17).
- Larasasti, A. S. S. (2025). *Hubungan Aktivitas Fisik, Durasi Tidur dan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di SMAN 21 Makassar*. Universitas Hasanuddin.
- Liao, Y., Li, H., Lu, H., Lai, C., & Wang, Y. (2020). Comparison of Bioelectrical Impedance Analysis and Dual Energy X-ray Absorptiometry for Total and Segmental Bone Mineral Content with a Three-Compartment Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1–13.
- Lisnawati, N., Kusmiyati, F., Herwibawa, B., Kristanto, B. A., & Rizkika, A. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh, Persen Lemak Tubuh, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Remaja. *Journal of Nutrition College*, 12(2), 168–178. <https://doi.org/10.14710/jnc.v12i2.36662>
- Maharani, Devi Alamanda., Rahmawati, Ana Yuliah., Sulistyowati, Enik., Prohatin, S. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Kuning (*Citrullus lanatus*) terhadap Kelelahan Otot Anaerobik pada Atlet Sepak Bola. *Jurnal Riset Gizi*, 7(1), 69–74.
- Marleni, L., Syafei, A., Thia, M., & Sari, P. (2020). Aktivitas Fisik dengan Tingkat Hipertensi di Puskesmas Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang*, 15(1), 66–72. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.464>
- Maulana, R. A., Friskawati, G. F., & Karisman, V. A. (2024). Gender dan Kebugaran Jasmani Siswa : Analisis Perbedaan Hasil Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) Fase D. *Jurnal Olahraga Dan Pendidikan Indonesia*, 4(1), 39–49.
- Mendoza, J. A., Watson, K., Baranowski, T., Nicklas, T. A., Usanga, D. K., Nguyen, N., & Hanfling, M. J. (2011). Ethnic Minority Children's Active Commuting to School and Association with Physical Activity and Pedestrian Safety Behaviors. *J Appl Res. Child*, 1(58), 1–18.
- Mohajan, D., & Mohajan, H. K. (2023). *A Study on Body Fat Percentage for Physical Fitness and Prevention of Obesity: A Two Compartment Model*. 2(4), 1–10. <https://doi.org/10.56397/JIMR/2023.04.01>
- Muriyati, & Syamsuddin. (2018). *Dasar-Dasar Overweight Obesitas Aerobik* (T. W.

- Publish (ed.)). WADE Group.
- Murwabani, E. A. (2017). Hubungan Persen Lemak Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Remaja Putri. *Journal of Nutrition and Health*, 5(2), 69–84.
- Nandar, Radix Cita Mafngula., Pradigdo, Siti Fatimah., S. (2019). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Aktivitas Fisik dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kejadian Obesitas pada Pekerja Wanita (Studi pada Perusahaan Makanan Ringan di Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 314–322.
- Nisrina, Fahdhienie, F., & Rahmadhaniah. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik, Umur dan Jenis Kelamin terhadap Obesitas Pekerja Kantor Bupati Aceh Besar. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(5), 746–752.
- Nugroho, M. R., Prameswari, Y. N., & Abdullah, R. (2025). Hubungan tingkat stres dengan persentase lemak tubuh pada mahasiswa prodi kedokteran universitas sultan ageng tirtayasa. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 24(2), 468–481.
- Nur, H., & Asdana, M. F. (2020). Pergeseran Permainan Tradisional di Kota Makassar. *Phinisi Integration Review*, 3(1), 17–29.
- Nurhayati, A., Hasyim, D. M., & Arduani, F. (2025). *Peran Gizi pada Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. PT Nawala Gama Education.
- Oktavianita, A. R., & Wirjatmadi, B. (2020). Perbedaan Besaran Uang Saku dan Aktivitas Fisik antara Siswi Gemuk dan Normal di SMA Negeri 5 Surabaya. *Amerta Nutr.*, 178–184. <https://doi.org/10.20473/amnt>.
- Parveen, M., Khurram, H., & Sciences, E. (2022). Modeling of Body Mass Index , Body Fat Percentage and Body Adiposity Index for Measuring Obesity and Its Risk in School-Going Children of District Multan. *Pakistan Pediatric Journal*, 46(2), 205–210.
- Pranata, D. (2022). Pengaruh Olahraga Dan Model Latihan Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Remaja. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10, 107–116.
- Rabia, Khatimah, N. F. K., Maulang, I., & Oktarina, M. (2023). Perbedaan Gambaran Massa Lemak Relatif Remaja Laki-Laki dan Perempuan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(3), 31–35.
- Rafli, M., Yusuf, H., Pamungkas, H., Saputro, Y. D., Irawan, D., Utomo, I. B., & Tubuh, I. M. (2023). Kontribusi Persentase Lemak Tubuh Terhadap Indeks Massa Tubuh pada Performa Pemain Klub Arema FC. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 8(November), 177–182.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Ronitawati, P., Gifari, N., Sitoayu, L., & Nurhasanah, P. (2022). Persen lemak tubuh , aktivitas fisik , body image , asupan energi , asupan karbohidrat berkorelasi dengan keragaman makanan pada remaja di perkotaan Percent body fat , physical activity , body image , energy intake , carbohydrate intake correlate with die. *AcTion: Aceh Nutrition Journal Nutrition*, 7(v), 114–126.
- Saifah, A., Mulyono, S., Permatasari, H. (2023). Edukasi Sebaya terhadap Praktik Gizi dan Indeks Massa Tubuh Anak Usia Sekolah yang Mengalami Gizi Lebih. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 5(3), 17–23.
- Sartika, A. N., & Bayuningsih, R. (2025). Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan Analisis Faktor Lingkungan Sekolah terhadap Pencegahan Obesitas Anak Sekolah Dasar di Kota Bekasi. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 7–15.
- Sartika, W., Herlina, S., Qomariah, S., & Juwita, S. (2022). Pengaruh Uang Saku Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19 The

- Effect of Pocket Money on The Events of Overnutrition In Youth Times Pandemic Covid 19. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(1), 400–405.
- Semiring, B. A., Rosdewi, N. N., & Yuningrum, H. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Swasta Cerdas Bangsa, Kecamatan Deli Tua, Kabupaten Deli Serdang, Medan. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kemas Respati*, 7(1), 87. <https://doi.org/10.35842/formil.v7i1.421>
- Sitoayu, L., Gifari, N., Ronitawati, P., Nuzrina, R., & Kuswari, M. (2023). Nutritional Factors Determining Body Fat Percentage of Adolescent Boys in 5 Districts of Jakarta. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 19(May), 235–241. <https://doi.org/10.47836/mjmhs19.3.30>
- Subarjah, M. A., Hasan, M. R., Prasetyo, B. T., Setiawan, M. A., & Rahayu, S. (2025). Korelasi Antara Tingkat Kebugaran Jasmani (Vo₂Max) Dan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Studi Ilmu Keolahragaan. *Jurnal MensSana*, 10(2), 171–179.
- Sugiatmi, & Handayani, D. R. (2018). Faktor Dominan Obesitas pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Tangerang Selatan Indonesia. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(1), 1–10.
- Sulistyo, E., Ramadhan, I. P., Putri, A., & Hermawan, A. (2023). Rancang Bangun Alat Ukur Lemak Tubuh Menggunakan Metode Bioelectrical Impedance Analysis. *Jurnal Inovasi Teknologi Terapan*, 01(2), 267–277.
- Supu, L., Florensia, W., & Paramita, I. S. (2022). Edukasi Gizi pada Remaja Obesitas. *Penerbit NEM*.
- Swari, K. G. Y., Mulyantari, N. K., & Yasa, I. W. P. S. (2022). Hubungan Melewatkan Sarapan Terhadap Kejadian Overweight Dan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 11(3), 116. <https://doi.org/10.24843/mu.2022.v11.i03.p18>
- Triatmaja, N. T. (2022). Risiko gizi lebih pada anak usia prasekolah berdasarkan aspek sosio-ekonomi keluarga di Kota Kediri. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(1), 52. <https://doi.org/10.30867/action.v7i1.411>
- Turege, Jeckzen Norisan. Kinasih, Angkit. Dyah, M. (2019). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Obesitas di Puskesmas Tegalrejo, Kota Salatiga. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 256–263.
- Vanderwall, C. (2017). Assessing and Monitoring Body Composition — Learn About Different Methods of Monitoring Body Composition for Weight Management Throughout the Life Cycle and How to Apply Them to a Variety of Patient Care Settings. *Today's Dietitian*, 1–14.
- Widiastuti, A. O., & Widiyaningsih, E. N. (2022). Relationship Physical Activity With Nutritional Status Of High School In Surakarta Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Sekolah Menengah Atas Di Kota Surakarta. *University Research Collegium*, 66–74.
- Widyaningtyas, S. A., & Kartini, A. (2013). Hubungan Usia Menarche dengan Obesitas pada Remaja Putri di SMA Theresiana 1 Semarang. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 10–17.
- Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i1.280>
- World Health Organization. (2024). *Physical Activity*.
- World Health Organization. (2025). *Adolescent Health*.
- World Health Organization. (2025). *Obesity and Overweight*.

- Yuniarti, E., Mulya, B., Yoantrista, N., & Putri, D. A. (2025). Analisis Indeks Massa Tubuh (IMT) sebagai Penanda Status Gizi pada Mahasiswa Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Padang. *VARIABLE RESEARCH JOURNAL*, 02(01), 218–223.
- Zakaria Amien, A., & Widagdho Dinutanayo, W. (2024). Hubungan Kadar Leutinizing Hormone (LH) terhadap Kadar Interferon Gamma (IFN γ) dan Neutrophil Lymphocyte Ratio (NLR) pada Remaja Putri dengan Overweight dan Obesitas. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 15(2), 1–7. <https://doi.org/10.34035/jk.v15i2.1179>