

DAFTAR PUSTAKA

- Abebe, L., Mengistu, N., Tesfaye, T.S., Kabthyer, R.H., Molla, W., Tarekegn, D., Wudneh, A., Shonor, M.N. dan Yimer, S., (2022). Breakfast Skipping and Its Relationship with Academic Performance In Ethiopian School-Aged Children, 2019. *BMC nutrition*, 8(1), p.51. Available at: <https://doi.org/10.1186/s40795-022-00545-4>
- Afifah, N. dan Prikhatina, Y., (2022). Hubungan Kualitas Tidur dan Asupan Energi dengan Sindrom Makan Malam pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Gizi dan Kesehatan*, 3(2), pp.115–123. Available at: <https://www.journalthamrin.com/index.php/jigk/article/view/972/pdf>
- Agustina, R., Putra, H.E., dan Sari, L.P., (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Jajan di Sekolah pada Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 5(1), pp.45–54. Available at: <https://jurnal.kesmasindonesia.org/index.php/jkmi/article/view/2478>
- Ajzen, I., 1991. The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), pp.179–211. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/074959789190020T>
- Al-Atsariyyah, Sarah, Wilujeng., dan Fahmi, I. (2024) *Hubungan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Terhadap Night Eating Syndrome Pada Mahasiswa Bidang Kesehatan Universitas Brawijaya*. Sarjana thesis, Universitas Brawijaya. Available at: <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/228219/>
- Allison, K., C. dan Tarves, E., P. (2011). Treatment of Night Eating Syndrome. *Psychiatr Clin North Am*, 34(4), 785-796. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.psc.2011.08.002>
- Allison, K.C. dan Lundgren, J.D. (2020) 'Night Eating Syndrome: Clinical features and pathophysiology', *Current Psychiatry Reports*, 22(4), pp. 42-53. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11920-020-1134-9>
- Almatsier, S. (2001). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Alshdifat, E., Alkhalwaldeh, A., Albashtawy, M., Ta'an, W.A., Mohammad, K., Al-Rawashdeh, S., Malak, M., Al-Modallal, H., Al-Dwaikat, T., Aljezawi, M.E. dan Hamadne, S., (2024). Breakfast Skipping and Associated Factors Among Jordanian University Students. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 29(1), pp.125-132. Available at: <https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr.30122>
- Alwafa, R. A., Jallad, S., Al-Sheikh, R. A., Adwan, R., dan Badrasawi, M. (2024). Relationship Between Night Eating Syndrome and Sleep Quality Among University Students in Palestine. *Sleep Science and Practice*, 8(1), 11. Available at: <https://doi.org/10.1186/s41606-024-00105-8>
- Andini, A., Mutiara, E., Ingtyas, F. T., Sandy, Y. D., dan Rukmana, E. (2025). Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan Gangguan Makan pada Remaja Putri: Studi Pendekatan Cross Sectional. *Nutriology: Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 6(1), 1-10. Available at: <https://doi.org/10.30812/nutriology.v6i1.4590>

- Androutsos, O., Manou, M., Kalafati, I. P., Kipouros, M., Georgiou, A., dan Charmandari, E. (2025). Breakfast Consumption and Its Association with Insulin Resistance in a Large-Scale Cohort of Children and Adolescents with Overweight/Obesity in Greece. *Nutrients*, 17(21), 3457. Available at: <https://www.mdpi.com/2072-6643/17/21/3457>
- Anindiba, I.F., Widiastuti, N., Purwanti, R. dan Dieny, F.F., (2022). Hubungan Durasi Tidur, Kualitas Tidur, Faktor Stress, dan Night Eating Syndrome dengan Preferensi Makanan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), pp.53-62. Available at: <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.53-62>
- Annisa, F. dan Setiari, T., (2024). Dampak Kebiasaan Sarapan Terhadap Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2). Available at: <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/2329>
- Aprilia, R. (2024). *Hubungan Konsumsi Fast Food dan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMAN 16 Makassar* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Makassar). Available at: <https://repositorynew.poltekkes-mks.ac.id/377/>
- Arti, W., dan Widanti, H. N. (2023). *Buku Ajar Pemeriksaan dan Pengukuran Fisioterapi Muskuloskeletal*. Umsida Press. Available at: <https://press.umsida.ac.id/index.php/umsidapress/article/view/978-623-464-085-4/1181>
- Arum, R.S. dan Sumarmi, S. (2024) 'Breakfast Skipping Behaviour and Overweight: A Literature Review', *Media Gizi Indonesia*, 19(1), pp. 15–24. Available at: <https://mediajurnal.poltekkesmks.ac.id/index.php/mgi/article/view/48377>
- Ashadi, K., Fajar, M. K., Sidik, R. M., Utami, T. S., Jatmikanto, R. S., Mubarakah, D. H., dan Permatasari, D. J. (2025). *Kesehatan, Gaya Hidup dan Pola Latihan*. Uwais Inspirasi Indonesia. Available at: https://www.researchgate.net/publication/396448912_Kesehatan_Gaya_Hidup_dan_Pola_Latihan
- Astuti, R. & Rahman, F., 2021. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kebiasaan Sarapan pada Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(2), pp.87–94. Available at: <https://www.itri-journal.ac.id/jikp/article/download/330/235>
- Astuti, W. (2023). BAB 4 Status Gizi Remaja. *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Gizi Remaja*, 63. Available at: https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2004/1/Buku-Digital-GIZI-DALAM-DAUR-KEHIDUPAN-1_compressed-Khartini-Kaluku.pdf
- Atira, D., Fahdhienie, F., dan Agustina, A. (2025). Faktor Risiko Obesitas Sentral pada Perempuan Dewasa. *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), 312-321. Available at: <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1653>
- Auliya, S., Astuti, W., Sentani, M.R. dan Santanu, A.M., (2025). Peran Asupan Energi, Kualitas Tidur, dan Tingkat Stres dalam Memicu Night Eating Syndrome pada Mahasiswa UPI. *JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(2), pp.212-221. Available at: <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jgk/article/view/3422>

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK), Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023: Potret Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Available at: [Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 : Potret Kesehatan Indonesia - Repositori Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan](#)
- Baragagna, M., dan Casu, M. (2024). Night Eating Syndrome: A Review of Etiology, Assessment, and Suggestions for Clinical Treatment. *Psychiatry International*, 5(2), 289-304. Available at: <https://doi.org/10.3390/psychiatryint5020020>
- Berner, L. A., dan Allison, K. C. (2013). Behavioral Management of Night Eating Disorders. *Psychology Research and Behavior Management*, 1-8. Available at: <https://doi.org/10.2147/PRBM.S31929>
- Betts, J.A. (2020) 'The Causal Role of Breakfast in Energy Balance and Health', *American Journal of Clinical Nutrition*, 111(3), pp. 1–10. Available at: <https://academic.oup.com/ajcn>
- Bray, G.A. dan Bouchard, C. (2014) *Handbook of Obesity*. 2nd edn. Boca Raton: CRC Press. Available at: https://www.academia.edu/27534132/handbook_of_obesity
- Cahill, L.E., Chiuve, S.E., Mekary, R.A., Jensen, M.K., Flint, A.J., Hu, F.B. dan Rimm, E.B. (2013). Prospective Study of Breakfast Eating and Incident Coronary Heart Disease in A Cohort of Male U.S. health Professionals. *Circulation*, 128(4), pp.337–343. Available at: <https://doi.org/10.1161/circulationaha.113.001474>
- Capoccia, D., Milani, I., Colangeli, L., Parrotta, M.E., Leonetti, F. dan Guglielmi, V. (2025) 'Social, Cultural and Ethnic Determinants of Obesity: from Pathogenesis to Treatment', *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 35(6), p. 103901. Available at: [10.1016/j.numecd.2025.103901](https://doi.org/10.1016/j.numecd.2025.103901)
- Chagas, C. L., Silva, N. F., Rodrigues, I. G., Arcoverde, G. M. P. F., Ferraz, V. D., Sobral Filho, D. C., Diniz, A. d. S., Pinho, C. P. S., Cabral, P. C., dan de Arruda, I. K. G. (2025). Different Factors Modulate Visceral and Subcutaneous Fat Accumulation in Adults: A Single-Center Study in Brazil. *Frontiers in Nutrition*. Available at: <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1524389>
- Darusman, M. R., Takdir, A. M., Jannah, R., dan Fitri, K. (2025). Efektivitas Terapi Kognitif-Perilaku Konvensional dan Berbasis Internet (iCBT) untuk Gangguan Makan: Tinjauan Perbandingan Berbasis Bukti. *Fathana*, 3(1), 56-64. Available at: <https://doi.org/10.22373/fjpa.v3i1.779>
- Davis, R., Rogers, M., Coates, A. M., Leung, G. K., dan Bonham, M. P. (2022). The Impact of Meal Timing on Risk of Weight Gain and Development of Obesity: A Review of The Current Evidence and Opportunities for Dietary Intervention. *Current Diabetes Reports*, 22(4), 147-155. Available at: <https://doi.org/10.1007/s11892-022-01457-0>
- Dewi Damara, C. & Muniroh, L., 2021. Breakfast Habits and Nutrient Adequacy Level of Snacks Is Correlated with Nutrition Status Among Adolescent in SMPN 1 Tuban. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 16(1). Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i1.10-16>

- Elsahoryi, N. A., Ibrahim, M. O., Hammouh, F., Alhaj, O. A., dan Al-Basha, S. (2025). Unveiling Night Eating Syndrome: How It Connects to Mental Health, Insomnia, And Quality of Life in University Students—A Cross-Sectional Study. *Journal of Eating Disorders*, 13(1), 225. Available at: <https://doi.org/10.1186/s40337-025-01406-8>
- Fala, A. R., Windarti, I., Jausal, A. N., dan Sukohar, A. (2024). Tinjauan Pustaka: Pengaruh Obesitas, Resistensi Insulin dan Sindrom Metabolik dengan Fungsi Tiroid. *Medical Profession Journal of Lampung*, 14(11), 2051-2056. Available at: <https://doi.org/10.53089/medula.v14i11.1459>
- Faradisa, E. F., dan Kusumawati, M. W. (2025). Optimalisasi Pengetahuan dan Tindakan Preventif Overweight–Obesitas pada Remaja Komunitas Karang Taruna. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 8(3), 390-396. Available at: <https://jurnalfkip.unram.ac.id/index.php/JPPM/article/view/9470>
- Febrianti, R., Arisanti, K. dan Setiadi, A. (2023). Hubungan Frekuensi Sarapan dengan Asupan Energi Harian Remaja SMA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 8(2), pp.110–118. Available at: <https://jurnalkesehatanmasyarakat.org/index.php/jikm/article/view/3412>
- Fitri, N. & Hasanah, L., 2022. Analisis Pola Sarapan dan Hubungannya dengan Asupan Energi Total Harian Pada Remaja. *Media Gizi Indonesia*, 17(1), pp.45–53. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/16270>
- Gemily, S.C., Aruben, R. dan Suyatno, S. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Dan Kualitas Sarapan Siswa Kelas V Di Sdn Sendangmulyo 04 Kecamatan Tembalang, Semarang Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp.246-256. Available at: <https://doi.org/10.14710/jkm.v3i3.12153>
- Gupta, A., Gupta, P., Singh, A.K. dan Gupta, V. (2023) 'Association of Adipokines with Insulin Resistance and Metabolic Syndrome Including Obesity and Diabetes', *GHM Open*, 3(1), pp. 7–19. Available at: https://www.jstage.jst.go.jp/article/ghmo/3/1/3_2023.01004/article
- Halindah, R. N. (2020). *Gambaran Kualitas Tidur Dan Tingkat Stres pada Remaja Status Gizi Lebih di SMA Negeri 16 Makassar* (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin). Available at: <https://repository.unhas.ac.id/id/eprint/708/>
- Hall, J.E. (2016) *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology*. 13th edn. Philadelphia: Elsevier.
- Handayani, D., Putra, R. dan Lestari, P. (2021) 'Kebiasaan Tidak Sarapan dan Pola Konsumsi Remaja Perkotaan', *Media Gizi Indonesia*, 16(1), pp. 45–52. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/MGI>
- Handoko, R., Wijayanti, D. & Prabowo, A., 2023. Hubungan status pekerjaan orang tua dengan kebiasaan sarapan remaja. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 6(2), pp.112–120.
- Hanifa, R. A., Arin, F. A., dan Wahyuningsih, U. (2024). Night Eating Syndrome, Ultra-Processed Foods Consumption, and Physical Activity as Risk Factors for Overnutrition in Students of Faculty of Health Science UPN" Veteran" Jakarta. *Amerta Nutrition*, 8. Handoko, R., Wijayanti, D. & Prabowo, A., 2023. Hubungan

- status pekerjaan orang tua dengan kebiasaan sarapan remaja. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 6(2), pp.112–120. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.43-50>
- Hanifa, R.A., Arini, F.A. dan Wahyuningsih, U. (2024) 'Sindrom Makan Malam, Konsumsi Ultra-Processed Foods, dan Aktivitas Fisik sebagai Faktor Risiko Gizi Lebih pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN "Veteran" Jakarta', *Amerta Nutrition: Journal of Nutrition*, 8(3 SP), pp. 43–50. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/23129>
- Hanifa, R.A., Arini, F.A. & Wahyuningsih, U. (2024) 'Sindrom makan malam dan faktor risiko gizi lebih pada mahasiswa', *Amerta Nutrition*, 8(3), pp. 43–50. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT>
- Harjatmo, T. P. (2025). *Pola Konsumsi Masyarakat Perkotaan*. Gizi Perkotaan, 185. Available at: <https://repository.ut.ac.id/7086/1/UTFMIPA2016-02-aryanti.pdf>
- Hasan, H., Saqan, R., Barakji, A., Khan, A., Sadiq, F., dan Radwan, H. (2024). The Influence of the Home Food Environment on the Eating Behaviors, Family Meals, and Academic Achievement of Adolescents in Schools in the UAE. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(9), 1187. Available at: <https://www.mdpi.com/1660-4601/21/9/1187>
- Hastuti, P. (2019). *Genetika Obesitas*. UGM Press. Available at: [https://books.google.com/books/about/Genetika Obesitas.html?id=FI28DwAAQBAJ](https://books.google.com/books/about/Genetika%20Obesitas.html?id=FI28DwAAQBAJ)
- Hidayah, N., Rafiony, A., Hariyadi, D. dan Levana, B. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Melalui Media Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Sarapan Pagi pada Murid Sekolah Dasar Negeri 09 Pontianak Utara. *Media Gizi Khatulistiwa*, 1(4), pp.29-36. Available at: <https://doi.org/10.2804/mgk.1811.1028>
- Howell, M.J., Schenck, C.H. dan Crow, S.J., (2009). A Review of Night Time Eating Disorders. *Sleep Medicine Reviews*, 13(1), pp.23–34. Available at: <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1222536>
- Indriasari, R., Najamuddin, U.A., Arsyad, D.S. dan Ismarawanti., D.N. (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.639–648. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8446687/>
- Indriati, N., Rahmawati, D. dan Sari, M. (2025) 'Association Between Body Mass Index, Visceral Fat, and the Risk of Metabolic Syndrome Among Obese Adolescents in Indonesia', *Journal La Medihealthico*, 6(1), pp. 45–53. Available at: <https://newinera.com/index.php/JournalLaMedihealthico/article/view/2831>
- Iqbal, M., Sari, D. dan Rahmawati, N. (2023) 'Hubungan Night Eating Syndrome dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Politeknik Negeri Jember', *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 15(2), pp. 85-92. Available at: <https://ejournal.polije.ac.id/index.php/JGK>
- Isnaeni, L. M. A. (2025). Hubungan Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Bangkinang Kota

- Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Plenary Health: Jurnal Kesehatan Paripurna*, 2(1), 14-21. Available at: <https://publikasi.abidan.org/index.php/plenary-health/article/view/1010>
- Iwansyah, A., dan Juraidin, J. (2025). Peran Pengetahuan dan Sikap Gizi Ibu Dalam Menentukan Status Gizi Anak di SDN Doridungga: Kuantitatif Korelasional. *eL-Muhbib jurnal pemikiran dan penelitian pendidikan dasar*, 9(1), 1-11. Available at: <https://doi.org/10.52266/el-muhbib.v9i1.4193>
- Jakubowicz, D. et al. (2021) 'Meal Timing and Insulin Sensitivity', *Nutrients*, 13(5), pp. 1–15. Available at: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/5>
- Juliatin, J., dan Hasniar, H. (2024). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Obesitas pada Remaja. *Student Research Journal*, 2(6), 137-149. Available at: <https://doi.org/10.55606/srj-yappi.v2i6.1633>
- Kamal, M. F. F., dan Nadira, C. S. (2025). Gambaran Faktor Risiko Obesitas Sentral Pada Masyarakat di Puskesmas Mon Geudong Kota Lhokseumawe. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 2(2), 115-133. Available at: <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i2.1448>
- Kara, Y., Tuzun, S., Oner, C., dan Simsek, E. E. (2020). Night Eating Syndrome According to Obesity Groups and the Related Factors. *J Coll Physicians Surg Pak*, 30(8), 833-8. Available at: https://www.academia.edu/download/99702449/generate_pdf.pdf
- Karatzis, K., Moschonis, G., Choupi, E., Manios, Y., Skenderi, K. P., Grammatikaki, E. dan Daskalou, E. (2017). Late-Night Overeating Is Associated with Smaller Breakfast, Breakfast Skipping, and Obesity in Children: The Healthy Growth Study. *Nutrition*, 33, 141-144. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0899900716300831>
- Karimah, A. S., Niarto, Z. R. A., Lesmana, D. A. P., Faris, A., dan Herbawani, C. K. (2025). Analysis of Risk Factors that Influence the Incidence of Obesity in Adolescent: A Literature Review. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 8(1), 1–9. Available at: <https://doi.org/10.52774/jkfn.v8i1.207>
- Kasenda, T.L., Arief, Y.S., Indarwati, R. dan Yunara, Y. (2025). Dampak Melewatkan Sarapan pada Remaja: Literature Review. *Journal of Telenursing (JOTING)*. Available at: [https://repositori.uin-suka.ac.id/bitstream/handle/123456789/37029/87.JTG24 Telvie+laura+kasenda+CE+OK+2562-2569%20\(1\).pdf?sequence=1](https://repositori.uin-suka.ac.id/bitstream/handle/123456789/37029/87.JTG24%20Telvie+laura+kasenda+CE+OK+2562-2569%20(1).pdf?sequence=1)
- Kemkes. (2021). Obesitas. Available at: [Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia](https://www.kemkes.go.id/direktorat-jenderal-kesehatan-lanjutan). (2015). Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. Jakarta: Direktorat Jenderal Pengendalian Penyakit Menular dan Penyehatan Lingkungan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) Potret Kesehatan Indonesia dari Riskesdas 2018. Available at: <https://kemkes.go.id/id/potret-sehat-indonesia-riskesdas-2018>
- Kementerian Kesehatan RI / Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) (2023) Hasil SKI 2023. Available at: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-%20question-seputar-hasil-utama-ski-2023/hasil-utama-ski-2023/>

- Kim, Y.I., Kim, E., Lee, Y. dan Park, J. (2025). Role of Late-Night Eating in Circadian Disruption and Depression: A Review of Emotional Health Impacts. *Physical Activity and Nutrition*, 29(1), p.18. Available at: <https://doi.org/10.20463/pan.2025.0003>
- Kucukgoncu, S., Tek, C. dan Bestepe, E. (2021) 'Circadian Rhythm and Metabolic Consequences of Night Eating Syndrome', *Sleep Medicine Reviews*, 55, pp. 1-12. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1087079220301037>
- Kusumaningrum, S. dan Anggraeni, Y. (2022). Pengaruh Kebiasaan Melewatkan Sarapan Terhadap Pola Makan Lanjutan dan Status Gizi Remaja. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 7(1), pp.15–23. Available at: <https://journal.ipb.ac.id/jgp/article/view/44219>
- Kutsuma, A., Nakajima, K., dan Suwa, K. (2024). Potential Association Between Breakfast Skipping and Concomitant Late-Night-Dinner Eating with Metabolic Syndrome and Proteinuria in the Japanese Population. *Scientifica*, 2014(1), 253581. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1155/2014/253581>
- Lavery, M. E., dan Vassallo, D. (2022). An Updated Review of Night Eating Syndrome: An Under-Represented Eating Disorder. *Current Obesity Reports*, 11(4), 395-404. Available at: <https://doi.org/10.1007/s13679-022-00487-9>
- Leksono, A. P., Dieny, F. F., Noer, E. R., dan Margawati, A. (2022). Night Eating Syndrome, Pola Tidur, dan Kebiasaan Konsumsi Sugar-Sweetened Beverage Berdasarkan Tipe Metabolik pada Mahasiswa Obese. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 136-145. Available at: <http://dx.doi.org/10.30867/action.v7i2.617>
- Lestari, A.C.D.S. dan Paryontri, R.A. (2024). Self-Control and Emotional Maturity Reduce Consumptive Behavior in Women Kontrol Diri dan Kematangan Emosi Kurangi Perilaku Konsumtif pada Wanita. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 15(3). Available at: <https://search.proquest.com/openview/4018ab236b9241fdacb3696c3fe7f122/1?pq-origsite-gscholar-cbl-7142245>
- Li, L. (2021). Effects and Influencing Factors of Night Eating Syndrome: A Review of the Literature. In *2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021)* (pp. 403-410). Atlantis Press. Available at: <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211220.070>
- Li, M., Wu, J., Zhu, S. dan Liu, T. (2025). The Relationship Between Perceived Stress and Night Eating Moderated by Personality: Cognitive Emotion Regulation as a Mediator. *Appetite*, p.108326. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108326>
- Liberty, I. A., Septadina, I. S., Rizqie, M. Q., dan Ananingsih, E. S. (2023). *Indeks Antropometri sebagai Alat Skrining Community Childhood Obesity pada Anak di Sekolah Dasar*. Penerbit NEM.
- Lubis, A.I. dan Siregar, S.M.F. (2022). Gambaran Kebiasaan Makan Pagi Sebagai Faktor Risiko Status Gizi pada Remaja. *Journal Education for All: Media*

- Informasi Ilmiah Bidang Pendidikan Luar Sekolah*, 13(2). Available at: <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/5425864>
- Lundgren, J.D., Allison, K.C., O'Reardon, J.P. dan Stunkard, A.J. (2012). Night Eating Syndrome: A Review of the Literature. *Appetite*, 59(3), pp.567–579. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2012.06.016>
- Ma, W., Zhu, H., Yu, X., Zhai, X., Li, S., Huang, N., Liu, K., Shirai, K., Sheerah, H.A. dan Cao, J. (2023). Association Between Android Fat Mass, Gynoid Fat Mass and Cardiovascular and All-Cause Mortality in Adults: NHANES 2003–2007. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 10, p.1055223. Available at: <https://doi.org/10.3389/fcvm.2023.1055223>
- Ma, X., Chen, Q., Pu, Y., Guo, M., Jiang, Z., Huang, W. dan Xu, Y. (2020). Skipping Breakfast Is Associated with Overweight and Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Obesity research & clinical practice*, 14(1), 1-8. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.orcp.2019.12.002>
- Marbun, A.S., Simamora, M. dan Sinurat, L.R. (2024). Edukasi Kesehatan Pentingnya Sarapan Bagi Anak Sekolah di SD Negeri 173328 Kec. Pangasean Lintongnihuta, Kab. Humbahas. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 5(1), pp.161-167. Available at: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JAM/article/view/4776>
- Maryani, D., Iqbal, M., Suryana, A. L., Widyawati, A., dan Jannah, M. (2023). Hubungan Sindrom Makan Malam dengan Obesitas pada Mahasiswa di Politeknik Negeri Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 4(1), 56-63. Available at: <https://doi.org/10.25047/harena.v4i1.4619>
- Maryani, D., Iqbal, M., Suryana, A.L., Widyawati, A. dan Jannah, M. (2023). Hubungan Sindrom Makan Malam dengan Obesitas pada Mahasiswa di Politeknik Negeri Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 4(1), pp.56-63. Available at: <https://publikasi.polije.ac.id/harena/article/view/4619>
- Masdar, H., Saputri, P. A., Rosdiana, D., Chandra, F. dan Darmawi, D. (2024). Depresi, Ansietas dan Stres Serta Hubungannya dengan Obesitas pada Remaja, *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4). Available at: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/23021>
- Masood, B. dan Moorthy, M. 2023. Causes of Obesity: A Review. *Clin Med (Lond)*, 23(4), 284–291. Available at: <https://doi.org/10.7861/clinmed.2023-0168>
- Ma'sunnah, K., Pribadi, H. P., dan Agnesia, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi, Persepsi Citra Tubuh Dan Gangguan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Gresik. *Ghidza Media Jurnal*, 3(1), 207. Available at: <https://doi.org/10.30587/ghidzamediajurnal.v3i1.3084>
- Mbata, S., M., U., Tumenggung, I., dan Talibo., S., D. (2019). Gambaran Kebiasaan Sarapan Pagi dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Journal Health and Nutritions*, 5(2), hal. 46-50. Available at: <https://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/index.php/JHN/article/view/467/pdf>
- Melani, S. A., Hasanuddin, dan Siregar, N. S. (2021). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Gangguan Makan Anorexia Nervosa pada Remaja di SMAN 4 Kota

- Langsa. *Jurnal SAGO: Gizi dan Kesehatan*, 2(2), 170–177. Available at: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v2i2.665>.
- Mirghani, H. (2021). The Effect of Breakfast Skipping and Late-Night Eating on Body Mass Index and Glycemic Control Among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus. *Cureus*, 13(6). Available at: <https://www.cureus.com/articles/62200-the-effect-of-breakfast-skipping-and-late-night-eating-on-body-mass-index-and-glycemic-control-among-patients-with-type-2-diabetes-mellitus.pdf>
- Mitchell, J. E. (2012). *Night Eating Syndrome: Research, Assessment, and Treatment*. Guilford Press.
- Mitchison, D., Hay, P., Slewa-Younan, S. dan Mond, J., 2020. The Changing Demographic Profile of Eating Disorder Behaviors. *Appetite*, 150, 104637.
- Moller, H., Sincovich, A., Gregory, T. dan Smithers, L. (2022). Breakfast Skipping and Cognitive and Emotional Engagement at School: A Cross-Sectional Population-Level Study. *Public Health Nutrition*, 25(12), pp.3356-3365. Available at: <https://doi.org/10.1017/S1368980021004870>
- Mosey, T. F., Mautang, T. dan Bawiling, N. (2024). Hubungan Status Sosial Ekonomi Keluarga Dan Kejadian Obesitas Pada Siswa Di SMP Negeri 1 Touluaan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Manado*, 3(1). Available at: <https://jurnal.jikma.net/index.php/jikma/article/view/105>
- Mulyani, E. dan Kartika, R. (2021). Peran Pola Asuh Keluarga terhadap Kebiasaan Sarapan Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), pp.145–152.
- National Eating Disorders Association (NEDA) (2023). *Types of Eating Disorders: Symptoms and Treatment*. Available at: <https://www.nationaleatingdisorders.org/what-are-eating-disorders/>
- Ntimana, C. B., Seakamela, K. P., Mashaba, R. G., dan Maimela, E. 2024. Determinants of Central Obesity in Children and Adolescents and Associated Complications in South Africa: a systematic review. *Frontiers in Public Health*, 12, 1324855. Available at: <https://www.frontiersin.org/journals/public-health/articles/10.3389/fpubh.2024.1324855/full?>
- Nugroho, R. F., dan Wardani, E. M. 2022. Consumption Habits of Fast Food and Carbonated Drink with Obesity Junior High School in Sidoarjo. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1624-1628. Available at: <http://repository.unusa.ac.id/id/eprint/10664>
- Nuraini, D., Setiawan, A. A., dan Aldelia, D. (2025). Penyuluhan Tentang Eating Disorder guna Meningkatkan Pengetahuan Mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 6(1), 196-202. Available at: <https://doi.org/10.35870/jpni.v6i1.1181>
- Nurhaedar, J., Rahayu, I., Nurul, A., dan Mesra, R. (2020). Family Eating Habits Among Overweight Adolescents in SMAN 16 Makassar. *Enfermería Clínica*, 30, 5-8. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1130862120301121>
- Ogata, H., Horie, M., Kayaba, M., Tanaka, Y., Ando, A., Park, I. dan Tokuyama, K. (2020). Skipping Breakfast For 6 Days Delayed the Circadian Rhythm of The Body Temperature without Altering Clock Gene Expression in Human

- Leukocytes. *Nutrients*, 12(9), 2797. Available at: <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/9/2797>
- O'reardon, J.P., Ringel, B.L., Dinges, D.F., Allison, K.C., Rogers, N.L., Martino, N.S. dan Stunkard, A.J. (2004). Circadian Eating and Sleeping Patterns in the Night Eating Syndrome. *Obesity research*, 12(11), pp.1789-1796. Available at: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1038/oby.2004.222>
- Pengpid, S., dan Peltzer, K. (2022). Prevalence and Associated Factors of Skipping Breakfast Among University Students from 28 Countries: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 34(2), 97-103. Available at: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S241670>
- Pratama, A. dan Wijayanti, R. (2023) 'Pola Tidur, Kebiasaan Sarapan dan Risiko Overweight pada Remaja', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 18(2), pp. 89–96. Available at: <https://journal.fkm.ui.ac.id/kemas>
- Pratiwi, S. dan Lestari, P. (2024). Status Sosial Ekonomi dan Kebiasaan Sarapan pada Remaja Perkotaan. *Jurnal Kesehatan dan Gizi*, 8(1), pp.33–41.
- Priesterroth, L. S., Grammes, J., dan Kubiak, T. (2025). Subtypes of Disordered Eating and Their Diabetes-Related and Psychosocial Concomitants in Adults with Type 1 Diabetes. *Journal of Diabetes and its Complications*, 109067. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jdiacomp.2025.109067>
- Priyantini, D., Ananditha, A.C., Wulandari, Y. dan Azahra, Y. (2025). Relationship Between Breakfast Habits and Nutritional Status of School-Age Children. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 10(1), pp.15-19. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijchn.v10i1.65743>
- Purbaningtyas, K., dan Satwika, Y. W. (2021). Hubungan Body Image dengan Subjective Well-Being pada Perempuan Dewasa Awal yang Mengalami Kelebihan Berat Badan. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 241-250. Available at: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/download/41492/35727>
- Purwaningtyas, D. R. Dan Tanjung, N. P. (2023). Analisis Faktor Yang Terkait Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Wanita Dewasa. 7(1), 25–38. Available at: <https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.1.10771>
- Puspita, B., Lestari, A., dan Andayani, T. R. (2024). Hubungan Fad Diet, Citra Tubuh, Stres, Tekanan Teman Sebaya dengan Gangguan Makan pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. *Amerta Nutrition*, 8(1), 49–57. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i1.2024.49-57>.
- Putri, A. dan Handayani, L. (2022). Kebiasaan Sarapan pada Remaja Pertengahan dan Faktor yang Mempengaruhi. *Media Gizi Indonesia*, 17(3), pp.201–209.
- Putri, R. N., Nugraheni, S. A., dan Pradigdo, S. F. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Remaja Usia 15-18 Tahun di Provinsi DKI Jakarta (Analisis Risesdas 2018). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), 169-177. Available at: <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/mkmi/article/view/43473>

- Putri, S.A., Marjan, A.Q., Sofianita, N.I. dan Simanungkalit, S.F. (2023). Sindrom Makan Malam, Asupan Serat, dan Pendapatan Rumah Tangga dengan Kejadian Gizi Lebih pada Siswa SMAN 6 Depok. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), pp.132-138.
- Putri, S.R. dan Wulandari, D. (2023). Asupan Nutrisi Jajanan Sekolah dan Dampaknya terhadap Asupan Zat Gizi Remaja. *Media Gizi Indonesia*, 18(2), pp.102–110. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/MGI/article/view/16810>
- Qian, J. dan Scheer, F.A.J.L. (2016). Circadian System and Glucose Metabolism: Implications for Physiology and Disease. *Trends in Endocrinology & Metabolism*, 27(5), pp.282–293
- Rabbie, A., Hossain, M. A., dan Poojari, A. (2025). 'Adipose Tissue Insulin Resistance: A Key Driver of Metabolic Syndrome Pathogenesis', *Biomedicines*, 13(10), p. 2376. Available at: <https://doi.org/10.3390/biomedicines13102376>
- Rachmawati, I. dan Sari, M. (2022) 'Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Asupan Energi Harian Remaja', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(4), pp. 210–217. Available at: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki>
- Rahayu, T., Nurhadi, S., dan Haryanti, M. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Sarapan pada Remaja SMA di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 4(3), pp.154–162. Available at: <https://jurnalkemasyarakatan.org/jkmi/article/view/2568>
- Rahmawati, D. dan Aminah, S. (2023). Analisis Perilaku Sarapan dan Kebiasaan Membawa Bekal Siswa SMA di Kabupaten Bandung. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(2), pp.89–97. Available at: <https://journal.unpad.ac.id/jgk/article/view/11409>
- Rahmawati, N. dan Sari, D. (2021). Perbedaan Kebiasaan Sarapan Berdasarkan Jenis Kelamin pada Remaja SMA. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(2), pp.90–98.
- Ramadhani, I. C., dan Djamaluddin, S. (2024). Pengaruh Konsumsi Jadi dan Olahan Terhadap Obesitas di Indonesia. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*, 861-867. Available at: <https://doi.org/10.37034/infv.v6i4.974>
- Ramadhani, S.P., Pratikto, H. dan Suhadianto, S. (2025). Stres Akademik dengan Emotional Eating pada Mahasiswa. *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01). Available at: <https://doi.org/10.30996/jiwa.v3i01.12705>
- Rampersaud, G.C., Pereira, M.A., Girard, B.L., Adams, J. dan Metzli, J.D. (2005). Breakfast Habits, Nutritional Status, Body Weight, and Academic Performance in Children and Adolescents. *Journal of the American Dietetic Association*, 105(5), pp.743–760.
- Riksa, A. dan Fadila, Y. (2022). Hubungan Kebiasaan Jajan di Sekolah dengan Status Gizi Siswa SMA di Kota Surakarta. *Jurnal Gizi Tropis dan Dietetik*, 9(1), pp.65–72. Available at: <https://ejournal.uns.ac.id/jgtd/article/view/5982>
- Riwu, R., Lestari, P. dan Bunga, A. (2022) 'Pola Makan mMalam dan Risiko Obesitas pada Remaja', *Media Gizi Indonesia*, 17(1), pp. 45-52. Available at: <https://e-journal.unair.ac.id/MGI>
- Riyanto, E. K., Prasmita, M. D., Sitasari, A., Wijanarka, A., dan Siswati, T. (2025). Pengaruh Gangguan Makan terhadap Citra Tubuh pada Remaja-Dewasa:

- Strategi Intervensi Meningkatkan Status Gizi dan Kesehatan Mental. *Nutrition and Health Insights*, 2(1), 6-12. Available at: <https://doi.org/10.63197/nahi.v2i1.22>
- Rizky, D., Hartono, F. dan Lestari, P. (2024). Asupan Makan Siang dan Malam Sebagai Kompensasi Setelah Melewatkan Sarapan pada Remaja Urban. *Jurnal Gizi Seimbang*, 9(3), pp.130–138. Available at: <https://ejournal.giziseimbang.or.id/article/view/2597>
- Romero-Blanco, C., Martín-Moraleda, E., Pinilla-Quintana, I., Dorado-Suárez, A., Jiménez-Marín, A., Cabanillas-Cruz, E., dan Aznar, S. (2025). Why Do Adolescents Skip Breakfast? A Study on the Mediterranean Diet and Risk Factors. *Nutrients*, 17(12), 1948. Available at: <https://www.mdpi.com/2072-6643/17/12/1948>
- Safitri, M., Prawitasari, S. dan La Ramba, H. (2025). The Relationship Between Breakfast and Learning Concentration of Students. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 13(2).
- Salsabila, P.S. dan Nareswari, S. (2023). Pengaruh Sarapan terhadap Konsentrasi Belajar. *Medical Profession Journal of Lampung*, 13(1), pp.146-150. Available at: <https://doi.org/10.53089/medula.v13i1.593>
- Sandy, F.M., Rini, I.S. dan Ismai, D.D.S.L. (2024). Obesitas Tidak Hanya Ditentukan Oleh Perilaku Melewatkan Sarapan (Skipping Brakfast) Pada Anak: Obesity Is Not Only Determined by The Behavior of Skipping Breakfast in Children. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia (The Journal of Indonesian Community Nutrition)*, 13(2). Available at: <https://doi.org/10.30597/jgmi.v13i2.34843>
- Sandy, Y., Rukmana, E., Damanik, K. dan Pratiwi, C. (2025). Hubungan Night Time Eating dan Asupan Lemak Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Mahasiswa di Kota Medan. *AMERTA NUTRITION Ученые: Universitas Airlangga*, 8(3SP), pp.141-150. Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=81474882>
- Santoso, B., Lestari, P. dan Wijaya, R. (2023). Hubungan Stres Akademik dengan Pola Makan Remaja SMA. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 18(1), pp.45–53.
- SAPRANI, N. (2023). *Hubungan Pendidikan Dan Pengetahuan Gizi Ibu Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Sdn 007 Ujung Tanjung* (Doctoral dissertation, UIN SUSKA RIAU). Available at: <https://repository.uin-suska.ac.id/70948/>
- Saras, T. (2023). *Hormon: Pesan Keseimbangan dalam Tubuh manusia*. Tiram Media. Available at: <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=RLdEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Perempuan+memiliki+hormon+utama+yaitu+estrogen+yang+berperan+dalam+pengaturan+distribusi+lemak+tubuh.&ots=QPs5uGEsdq&sig=eFxeoJhJTEEsL7yww6tP7fmxEhI>
- Saras, T. (2023). *Kalori: Panduan Lengkap Tentang Energi dalam Nutrisi*. Tiram Media.
- Sari, A. K., dan Dora, N. (2024). Konsentrasi Belajar Siswa Ditinjau dari Peran Orang Tua Dalam Persiapan Pola Makan dan Kecukupan Gizi. *Jurnal Ilmiah*

- Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 59-66. Available at: <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.80489>
- Sari, D.K., Lipoeto, N.I. dan Herman, R.B. (2022). Body Image, Dietary Restraint, dan Risiko Gangguan Makan pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 18(3), pp.150–158.
- Sari, D.M. dan Rahmawati, N. (2022) 'Breakfast Habits and Obesity Among Indonesian Adolescents', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 17(2), pp. 85–92. Available at: <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan>
- Sari, N. dan Utami, D. (2022). Hubungan Pendidikan Orang Tua Dengan Pola Makan Remaja SMA. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(2), pp.89–97.
- Sayed Ahmed, H. A., Abo El-Ela, S. G., Joudeh, A. I., Moawd, S. M., El Hayek, S., Shah, J., dan Eldahshan, N. A. (2024). Prevalence and Correlates of Night Eating Syndrome, Insomnia, and Psychological Distress in Primary Care Patients with Obesity: A Cross-Sectional Study. *Obesity Facts*, 17(3), 274-285. Available at: <https://karger.com/ofa/article/17/3/274/904840>
- Scheer, F.A.J.L., Hilton, M.F., Mantzoros, C.S. dan Shea, S.A. (2009). *Adverse Metabolic and Cardiovascular Consequences of Circadian Misalignment*. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 106(11), pp.4453–4458. Available at: <https://doi.org/10.1073/pnas.0808180106>
- Silén, Y. dan Keski-Rahkonen, A. (2022). Worldwide Prevalence of DSM-5 Eating Disorders Among Young People. *Current Opinion in Psychiatry*, 35(6), 362–371. Available at: <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000818>
- Spiegel, K., Tasali, E., Penev, P. dan Van Cauter, E. (2004). *Brief Communication: Sleep Curtailment in Healthy Young Men is Associated with Decreased Leptin Levels, Elevated Ghrelin Levels, And Increased Hunger*. *Annals of Internal Medicine*, 141(11), pp.846–850. Available at: <https://doi:10.7326/0003-4819-141-11-200412070-00008>
- Stunkard, A., Berkowitz, R., Wadden, T., Tanrikut, C., Reiss, E. dan Young, L. (1996). *Binge Eating Disorder and the Night-Eating Syndrome*. Study of Obesity.
- Suharno, J. A., dan Nisa, H. (2024). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dengan Diabetes Melitus pada Orang Dewasa di Indonesia: Hasil Analisis Data Riskesdas 2018. *JURNAL NUTRISIA*, 26(1), 1-10. Available at: [10.29238/jnutri.v26i1.382](https://doi.org/10.29238/jnutri.v26i1.382)
- Supadmi, S., Sit, S., Kuntari, T., Hidayat, T. dan Khairunnisa, M. (2024). *Sindrom Metabolik Pada Lanjut Usia (Lansia)*. CV Eureka Media Aksara.
- Supu, L., Florensia, W., dan Paramita, I. S. (2022). *Edukasi Gizi pada Remaja Obesitas*. Penerbit NEM.
- Suryati, S., Dormina, D., dan Irwandi, I. (2024). Edukasi Pengaruh Pola Tidur terhadap Obesitas pada Remaja. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(1), 112-118. Available at: <https://doi.org/10.36565/jak.v6i1.673>
- Suwarni, W., Ana Dina, R. dan Tanzaha, I. (2023). Hubungan Pola Makan, Kebiasaan Sarapan, dan Kebiasaan Jajan dengan Status Gizi Remaja di SMA Kornita IPB.

- Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 1(3), pp.189–195. Available at: <https://journal.ipb.ac.id/jgizidietetik/article/view/43840>
- Swinburn, B.A., Sacks, G., Hall, K.D., McPherson, K., Finewood, D.T., Moodie, M.L. dan Gortmaker, S.L. (2021). The global obesity pandemic: shaped by global drivers and local environments. *The Lancet*, 378(9793), pp.804–814.
- Tittandi, N. A. (2022). Persepsi Remaja terhadap Perilaku Emotional Eating. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(1). Available at: <https://doi.org/10.24843/JPU.2022.v09.i01.p04>
- Tzischinsky, O., dan Latzer, Y. (2025). Night Eating Syndrome Prevalence and Its Association with Sleep Quality, Eating Patterns, and Psychopathology in An Israeli Community Sample. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 1-11. Available at: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-025-02880-w>
- UNICEF. (2022). *Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia*.
- Vidya, N., dan Ratnawati, D. (2022). Genetik Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Anak Usia Sekolah. *Journal of Health Education and Literacy*, 5(1), 1-7. Available at: <http://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/j-health/article/view/1495>
- Wahyuni, S. dan Lestari, N. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Orang Tua Dengan Kebiasaan Sarapan Remaja. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(3), pp.173–180.
- Wang, J., Li, Y. J., Li, X. X., Sun, Y. X., Xiang, S., Zhang, M. Q. Dan Qiu, Z. K. (2023). Late-Night Overeating and All-Cause and Cardiovascular Disease Mortality in Adults Aged ≥ 50 : A Cohort Study. *The Journal of nutrition, health and aging*, 27(9), 701-708. Available at: <https://doi.org/10.1007/s12603-023-1966-1>
- Wang, K., He, Y., Wang, Y., Zhang, J., dan Xu, F. (2023) 'The Effect of Breakfast on Childhood Obesity: A Systematic Review and Meta-Analysis', *Frontiers in Nutrition*. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fnut.2023.1024567/full>
- Watanabe, Y., Saito, I., Henmi, I., Yoshimura, K., Maruyama, K., Yamauchi, K. dan Asada, Y. (2024). Skipping Breakfast is Correlated with Obesity. *Journal of Rural Medicine*, 9(2), 51-58. Available at: https://www.ijstage.ist.go.jp/article/jrm/9/2/9_2887/article/-char/ja/
- Wati, D. A. dan Saputri, R. A. (2024). Hubungan Usia, Pola Konsumsi Protein dan Lemak dengan Obesitas Sentral pada Wanita Usia Subur: Correlation between Protein and Fat Consumption Patterns with Central Obesity in Women of Childbearing Age. *Svasta Harena: Jurnal Ilmiah Gizi*, 4(2), 66-71. Available at: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/SHJIG/article/download/3455/1074?utm>
- Wicherski, J., Schlesinger, S., dan Fischer, F. (2021). Association Between Breakfast Skipping and Body Weight—A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Longitudinal Studies. *Nutrients*, 13(1), 272. Available at: <https://www.mdpi.com/2072-6643/13/1/272>
- Widjaja, N. A. (2025). *Sindrom Metabolik pada Remaja Obesitas dan Tata Laksana Diet*. Airlangga University Press.

- Widya, A. A. S. I. N., dan Suarya, L. M. K. S. (2024). Faktor Kontributor Gangguan Makan pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 5(1), 165-176. Available at: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i1.303>
- Wiguna, A. F., dan Stefani, M. (2023). Hubungan Status Gizi, Kebiasaan Sarapan, dan Durasi Tidur terhadap Produktivitas Pekerja PT. Sejahtera Buana Trada Sunter. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 205-212. Available at: [10.20473/amnt.v7i2SP.2023.205-212](https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.205-212)
- World Health Organization. (2025). *Obesity and Overweight*. World Health. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wulansari, A., dan Kasyani, K. (2021). Keragaman Status Gizi dan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Baru STIKes Baiturrahim. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 319-323. Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.339>
- Yang, B., Lian, L., Xing, K., Cen, Y., Zhao, Y. dan Zhang, Y. (2025). Association of Skipping Breakfast with Metabolic Syndrome and Its Components: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. *Nutrients*, 17(19), p.3155. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu17193155>
- Yuliana, D. dan Fadilah, R. (2023). Riwayat Obesitas Keluarga dan Pola Makan Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(1), pp.21–29.
- Yuliani, S., Adi, N.S. dan Putri, A.R. (2022). Hubungan Kebiasaan Membawa Bekal dengan Status Gizi pada Remaja di Kota Surakarta. *Jurnal Gizi Indonesia*, 17(1), pp.45–52. Available at: <https://ejournal.uns.ac.id/jgi/article/view/5213>
- Yuni, A., Kusuma, F.A. dan Suryanti, A. (2023). Kebiasaan Sarapan dan Faktor yang Berhubungan pada Remaja SMA di Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 4(2), pp.99–107. Available at: <https://jurnal.kesmasindonesia.org/index.php/jkmi/article/view/2134>
- Yuniarti, E., Mulya, B., Yoantrista, N., Putri, D. A., Cholida, R., dan Aulia, A. M. (2025). Analisis Indeks Massa Tubuh (IMT) Sebagai Penanda Status Gizi pada Mahasiswa Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Padang. *Variable Research Journal*, 2(01), 218-223. Available at: <https://variablejournal.my.id/index.php/VRJ/article/view/152>
- Zulfadilah, Yuniarti, E., Mulya, B., Yoantrista, N., Putri, D. A., Cholida, R. dan Aulia, A. M. (2025). Analisis Indeks Massa Tubuh (IMT) Sebagai Penanda Status Gizi Pada Mahasiswa Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Padang (Analysis of Body Mass Index (BMI) As A Nutritional Status Indicator in Biology Students, Fmipa, Padang State University). *Variable Research Journal*, 2(01), 218-223. Available at: <https://variablejournal.my.id/index.php/VRJ/article/view/152>
- Öztürk, M. E. (2025). Night Eating Syndrome Negatively Affects the Physical and Mental Quality of Life of Female University Students. *Turk J Fam Pract*, 29(3), 108-117. Available at: <https://earsiv.kmu.edu.tr/items/bde6623a-8038-43ec-bbc9-9aaaafa55695>