

DAFTAR PUSTAKA

- Aiman, U., Inayah, N., Hijrah, H., Riskika, F., Rakhman, A., Ariani, A.,... & Hartini, D.A. (2025). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Soswa MAN 2 Palu. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 6(1), 60-69.
- Alfiah, S. N., Widiastuti, S. K., & Tiwi Sudyasih, M. K. (2020). Hubungan Pola Tidur Dengan Obesitas Pada Remaja Di Man 1 Sleman (Doctoral Dissertation, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta).
- Amrynia, U. S & Prameswari, N.G (2022). Hubungan Pola Makan, sedentary lifestyle, dan durasi tidur dengan kejadian gizi lebih pada remaja. *Indonesian journal of public health and nutrition*. 2(1). 112-121
- Anggraini, S. A., Indria, D. M., & Gilang, A. (2022). Analisis Hubungan Tingkat Stres dan Pola Tidur Terhadap Status Gizi Usia 20-39 Tahun di Kota Malang. *Jurnal Bio Komplementer Medicine*, 9(1).
- Annisa, F., & Setiarini, T. 2022. Dampak Gangguan Tidur terhadap Status Gizi pada Remaja. *JKEP (Jurnal Keperawatan)* Vol 7, No 2 ISSN: 2354 – 6050
- Anriyani, F., Syafei, A., & Dewi, N. S. (2024). Determinan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 17154-17171.
- Arasy, F. A., Maulid, A. S., Muhimaturrohman, S., Akmal, M. R. N., & El Miftah, Y. (2023). Upaya Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Siswa Remaja Sma Negeri 18 Garut Dengan Berolahraga. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 6(1), 110-123.
- Asnia, W. O. S. N., Effendy, D. S., & Ruwiah, R. (2025). Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Kendari Tahun 2024. *Jurnal Medika Nusantara*, 3(1), 86-93.
- Athiutama, A., Ridwan, R., Febriani, I., Erman, I., & Trulianty, A. (2023). Penggunaan media sosial dan kualitas tidur pada remaja. *Jurnal Keperawatan Rafflesia*, 5(1), 57-64.
- Aulia, N. E., Hardiansyah, A., & Widiastuti. (2022). Hubungan Antara Asupan Energi, Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur Terhadap Status Gizi pada Santri Putri Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu Semarang," *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*, 3(2).
- Ayu, T. P., Simanungkalit, S. F., Immatul Fauziyah, A., & Wahyuningsih, U. (2023). Hubungan Asupan Serat, Kebiasaan Konsumsi Junk Food, dan Durasi Tidur dengan Gizi Lebih pada Remaja Associations of Fiber Intake, Junk Food Consumption Habits, and Sleep Duration with Overweight in Adolescents. *Jurnal Kesehatan*, 14(3).
- Az-Zahra, N. F., Firmansyah, F., & Isnaeni, F. N. (2025). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Surakarta. *Nutrix Journal*, 9(2), 422-431.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2024). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin, 2024.
- Badriyah, L. U., Gea, A., & Sitepu, E. H. W. (2024). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Terhadap Status Gizi Lebih

- Mahasiswa Fikes Universitas Indonesia Maju Tahun 2023. *Jurnal Gizi dan Kuliner*, 5(1).
- Bingga, I.A. (2021) 'Kaitan Kualitas Tidur Dengan Diabetes Melitus Tipe 2', *Medika Hutama*, 2(4), pp. 1047– 1052.
- Casadei, K., & Kiel, J. (2020). Anthropometric Measurement. *StatPearls*
- Chandra, F., & Aisah, A. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri Di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 188-193.
- Daniati, L., Afriwardi., Ilmiawati. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Siswa SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*. 1(2), 193-197.
- De Onis M, Borghi E, Arimond M, Webb P, Croft T, Saha K et al. Prevalence thresholds for wasting, overweight and stunting in children under 5 years. *Public Health Nutrition*. 2018;1–5. doi:10.1017/S1368980018002434
- Dewi, Y.H., & Aprianti (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial, Kualitas Tidur, dan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika (JSM)*. 10(3). 325-333
- Diningsih, Y., & Lestari, E. N. (2022). Analisis Perbedaan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada Siswa SMP Negeri 20 dan SMP Swasta Muhammadiyah di Kecamatan Sawangan Tahun 2022. *Jurnal Of Nursing Education & Practice*. 3(3), 2798-9496.
- Fakhrurrozi, S. H., Afrina, R., & Rukiah, N. (2024). Hubungan Prilaku Sleep Hygiene Dengan Kualitas Tidur Remaja Usia 10-19 Tahun Di RW06 Desa Cirimekar Kecamatan Cibinong Tahun 2023. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum Dan Farmasi (JRIKUF)*, 2(2), 38-48.
- Gallagher, D. et al. (2000). Healthy Percentage Body Fat Ranges: An Approach For Developing Guidelines Based On Body Mass Index. *American Journal Clinical Nutrition*, 72, 694-701.
- Gunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 43-52.
- Gustian, D., Lestari, B., Rejeki, N. S., & Zasmine, N. M. (2020). Fuzzy Inference System in Determining Nutritional Status of Toddlers. 2020 6th International Conference on Computing Engineering and Design (ICCED), 1–6.
- Handayani, M., Fitri, U. A., Jayadilaga, Y (2023). Gambaran Gangguan Tidur Yang Dirasakan pada Remaja Dewasa Muda Di Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan*, 11 (1), 2747-0253.
- Hanum, A. M. T. (2023). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Obesitas Pada Remaja. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 137-147.
- Hastani, R. T., & Budiman, A. (2022). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur pada Remaja Literature Review. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 1688-1696.

- Hidayat, A. S., & Charissa, O. (2023). Pengaruh Status Gizi Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 5(1), 1-6.
- Indrawati, A., Sufiani, A., Badawi, B., & Suyantari, K. A. (2025). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan Persepsi Body Image dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMA Negeri I Wonggeduku Barat. *Cakrawala Medis Indonesia*, 1(2), 93-105.
- Kasenda F.A., Malonda H.S.N., Ester C., Musa. (2025). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Status Gizi Pada Peserta Didik Di Sma Negeri 1 Guru Lombok Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. 6(1), 2774-5848.
- Kemendes RI. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Standar Antropometri Anak. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023. Jakarta: Badan Kebijakan dan Pembangunan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.. Jakarta: Badan Kebijakan Dan Pembangunan Kesehatan.
- Leksono, A. P., Dieny, F. F., Noer, E. R., & 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.
- Lindawati, L., Susanto, W., & Rochmawati, D. H. (2025). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup pada Remaja SMK. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 3(2), 51-58.
- Malau, A. A., & Utami, R. Y. (2026). Hubungan Waktu Layar Dengan Kualitas Tidur Dan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *JURNAL PANDU HUSADA*, 7(3), 243-250.
- Masyitoh., Irwan B. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih dan Obesitas pada Remaja. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. 3 (1). 59-68.
- Morrissey, B., Taveras, E., Allender, S., & Strugnell, C. (2020). Sleep And Obesity Among Children: A Systematic Review Of Multiple Sleep Dimensions. *Pediatric Obesity*, 15(4)
- Mosavat M, Mirsanjari M, Arabiat D, Smyth A, Whitehead L. (2021). The Role of Sleep Curtailment on Leptin Levels in Obesity and Diabetes Mellitus. *Obes Facts*.;14(2):214-221.
- Muntomimah, S., & Mubarak, S. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja Berskala Biner. *Efektor*, 12(1), 63-74.
- Nabawiyah, H., Khusniyati, Z. A., Damayanti, A. Y., & Naufalina, M. D. (2021). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur Dengan Status Gizi Santriwati Pondok Modern Darussalam Gontor Putri 1. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(1), 78-89.
- Nabilah, D., Agatha, A., & Dalimunthe, N. K. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Kualitas Tidur, dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi pada

- Remaja di SMP Negeri 14 Bandar Lampung. *Journal of Education Religion Humanities and Multidiciplinary*, 2(2), 929-938.
- Novitasari, M., Anantanyu, S., & Lestari, A. (2024). Kualitas Tidur Dan Asupan Gizi Sebagai Faktor Risiko Overweight Remaja Putri. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 34(2), 431-439.
- Nugraha, F. A., Aisyiah, A., & Wowor, T. J. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja di SMPN 254 Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 5(9), 3063-3076.
- Nugraheni, H. W., Ryandini, F. R., & Al Farizi, G. R. (2023). Perbedaan Kualitas Tidur Pasien Penyakit Jantung Koroner Berdasarkan Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Dan Sleep Quality Scale (SQS). *Nursing Care*, 2(2).
- Nurtsani, A.M., Murianda, B., Prakoso, T., Christyono, Y., & Riyadi, M.A. (2020). Rancang Bangun Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) Multifrekuensi Berbasis Arm. *Telka Jurnal Telekomunikasi Elektronika Komputasi Dan Kontrol*, 5(2). 147-155
- Panjaitan, F. C. S. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan.
- Palupi, P., Hartono, A., & Abidin, Z. (2026). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 19(1), 50-69.
- Pinalosa, L., Dhawo, M. S., & Anggraini, S. (2020). Perbandingan Kualitas Tidur Siswa/Siswi Kelas XI SMA Negeri Dengan Kualitas Tidur Siswa/Siswi Kelas XI SMA Swasta. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 3(2), 1-17.
- Pitoy, F, F., Tendean, F, A., Rindengan, C, C, V. 2022. Kualitas Tidur dan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja. *Fakultas Kesehatan Universitas Klabat*. 6(2). 2580 – 6432
- Polumulo, A., Rahman, A., Albakir, J., Pakaya, H., Bakari, A. F., & Dahlia, K. (2025). Pengaruh Indeks Masa Tubuh Terhadap Kualitas Tidur Pada Orang Dewasa Tidur Pada Orang Dewasa. *Gelanggang: Jurnal Ilmu Olahraga dan Pendidikan Jasmani*, 1(1), 6-11.
- Purba, N. P., Kirani, N., Sitepu, A. S. B., Siregar, I. R., Priantono, D., Partisya, N. M., ... & Ayu, D. (2024). 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*, 13(1), 72-82.
- Putri, A. F., Mutiarasari, D. R., & Mahfida, S. L. (2026). Hubungan Kualitas Tidur dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Usia 10-12 Tahun di Kecamatan Gamping. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*, 3(1), 16-24.
- Putri, T. D., Tianing, N. W., Saraswati, P. A. S., & Widnyana, M. (2024). The Relationship Between Sleep Quality and Overweight in Physiotherapy Students of Faculty of Medicine, Udayana University. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 6(2), 205-214.

- Rachmawati, L. N. (2025). Hubungan Asupan Gizi, Status Gizi, dan Durasi Tidur terhadap Prestasi Belajar. *Bookchapter Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang*, 6, 50-63.
- Rahmawati, N., & Frisca, F. (2026). Pengaruh Pola Jajanan Terhadap Status Gizi Remaja: Studi Observasional Pada Siswa Smk Negeri 1 Kertajati. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 13(2), 296-302.
- Remaja, A. H. P. (2023). Perkembangan Remaja. *Psikologi Perkembangan*, 155, 2024.
- Rikandi, M., & Elvisa, F. Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Lebih Dalam Wabah Covid-19 Pada Mahasiswa Akperaisiyah Padang. *Jurnal Kesehatan Lentera'Aisyiah*, 3(2), 69-75.
- Sab'ngatun & Riawati, D. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Konsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri. *Avicenna: Journal of Health Research*, 4(2), 83–90.
- Salma, W. O., Effendy, D. S., Lestari, H., & Kohali, R. E. S. O. (2026). Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle dan Durasi Tidur Dengan Kejadian Gizi lebih Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Kendari Tahun 2024: Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle dan Durasi Tidur Dengan Kejadian Gizi lebih Pada Remaja Di SMA Negeri 9 Kendari Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna*, 5(1), 42-52.
- Salsabila, M. D., Witradharma, W. T., & Yulianitini, E. (2023). Kaitan Kebiasaan Makan Dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Dengan Kejadian Gizi Lebih di SMPN 1 Kota Bengkulu. *Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK)*. 3(1). 2829-2014.
- Saputri, I. P. S., & Farida, E. (2025). Kejadian Gizi Lebih dan Obesitas pada Remaja: Systematic Literature Review Terkait Faktor Risiko. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 5(2), 301-314.
- Sarfriyanda, J., Karim, D., & Dewi, A. P. (2015). Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *JOM*. 2(2), 1178-1185.
- Sh, R., Solikhah, L. S., & Imansari, A. (2024). Perilaku Sadar Gizi dan Kualitas Tidur dengan Overweight pada Remaja Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Pustaka Padi (Pusat Akses Kajian Pangan dan Gizi)*, 3(2), 40-45.
- Simpatik, R.H. Purwaningtyas, D.R. dan Dhanny, D.R. (2023). Hubungan Kualitas Tidur, Tingkat Stres, dan Konsumsi Junk Food dengan Gizi Lebih pada Remaja As-Syafi'iyah 02 Jatiwaringin Muhammadiyah. *Journal of Nutritionand Food Science (MJNF)*.4(1):46.
- Siti, Q., Sara, H., Wiwi, S., & Sellia, J. (2021). Pengaruh peran orang tua terhadap kejadian gizi lebih pada remaja di era pandemi Covid 19 di Pekanbaru. *Jakijyah: Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiah*, 6(2).
- Sohorah, S. (2024). *Buku ajar penentuan status gizi*. Penerbit NEM.
- Sutiyo, T. A. W., Yuliadarwati, N. M., & Mufakhiroh, M. (2024). Pemeriksaan Fisioterapi Kualitas Tidur pada Lansia dengan Pittsburgh Sleep Quality Index di Griya Lansia Husnul Khotimah Wajak. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 4(2), 449-454.

- Utami, D., & Setyarini, A.G., (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*. 4(3). 207-215.
- Viani, K., Trehan, A., Manzoli,B., & Schoeman, J. (2020). Assessment Of Nutritional Status In Children With Cancer: A Narrative Review. *Pediatric Blood & Cancer*, 67, e28211.
- Wikanti, C. Z. A., Said, I., & Khairunnisa, A. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Kualitas Tidur, dan Body Image dengan IMT/U Remaja di SMAN 32 Jakarta. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 2(1), 1-10.
- 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), 43-52.
- World Health Organization [WHO]. (2025). Obesity and Overweight.
- Wulandari, S. P., Arista, F. D., Putri, A. M., Ramadani, O. W., & Prihananto, D. I. (2024, October). Game Online Merusak Pola Tidur Pada Remaja Di SMP N Grogol 3. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Sains dan Pembelajaran*, 4 (1), 1235-1238.