

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, H. d. (2021). Psikopatologi Anak dan Remaja. Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Amdadi, Z. d. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini dalam Kehamilan di SMAN 1 Gowa. . *Jurnal Inovasi Penelitian*. 2(7), 2067-2074.
- Angely, C. d. (2021). Gambaran Pola Asuh Anak Obesitas Usia 5-12 Tahun di SD Negeri 09 Rangkang, Kabupaten Brnkayang, Kalimantan Barat. . *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(6), , 816-825 .
- Aryanta, I. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *E-Jurnal Widya Kesehatan*. 1(2), 39-42.
- Alkhudhariri, d. (2021). Ekstrak Daun Kelor Peregrina Menghasilkan Efek Anti Obesitas, Hipoglikemik, Anti Hiperlipidemia, dan Hepatoprotektif Pada Diet Tinggi Lemak. *Jurnal Ilmu Biologi Saudi*.
- Callosum, N. d. (2018). Nocturnal Frontal Lobe Epilepsy atau Parasomnia. . *Jurnal Universitas Gajah Mada*, 17(3),.
- Charina, d. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cendana. *Journal Cendana Medical*, 23(1), 197-204.
- Dewi., dkk. (2023). Potensi Stevia (Stevia rabuadina) sebagai Suplemen Nondiabetik Penunjang Terapi bagi Penderita Diabetes Mellitus Tipe II. Workshop dan Seminar Nasional Farmasi. *Jurnal Unud*.
- Fauzi, S. dkk. (2019). Antiobesity Effect Ethanol Extract of Dayak Onions (Eleutherine bulbosa (Mill.) Urb) in Obese Mice. . *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*, 10(2), , 123-131 .
- Febriani, D. A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X TKJ 2 dan XI TKJ 1 di SMK Negeri 1 Jiwan Kabupaten Madiun. (*Skripsi Sarjana, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun*).
- Firdaus, A. dkk. (2020). Hubungan Obesitas dengan Gangguan Tidur pada Siswa SD Islam Al-Abrar Jakarta Pusat. *Tarumamagara Medical Journal*, 2(2), 211-219 .
- Hafiza, D. dkk. (2020). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. . *Jurnal Medika Hutama*. 2(1). , 332-342 .
- Haryono, A. dkk. (2019). Prevalensi Gangguan Tiidur pada Remaja Usia 12-15 Tahun di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama. *Sari Pediatri* 11(30).
- Hendra, C. dkk. (2016). Faktor-faktor Risiko Terhadap Obesitas pada Remaja di Kota Bitung. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1).

- Hidayati, K. B. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri Pada Remaja. *Jurnal Psikologo Indonesia* 5 (2), 137-144.
- Isnain, W. dkk. (2012). *Ragam Manfaat Kelor (Moringa oleifera Lamk) Bagi Masyarakat*. 14(1). 63-75. Diambil kembali dari <https://media.neliti.com/media/publications/491907-none-fddb4b2e.pdf>.
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas-tugas Perkembangannya dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(1), 243-256.
- Julianto, T. S. (2019). Fitokimia (Tinjauan Mrtabolit Sekunder dan Skrining Fitokimia). . Yogyakarta. Penerbit: Universitas Islam Indonesia.
- Kamagi, R. dkk. (2021). Terapi Musik pada Gangguan Tidur Insomnia. . *Journal of Telenursing*, 3(2), , 797-809.
- Kementrian Kesehatan R, I. (2018) *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*; Jakarta.
- Kurdanti, V. dkk. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. . *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179-190, 179-190.
- Lestari, R. K. (2020). Efektivitas Jeruk Nipis (Citrus aurantifolia Swingle) sebagai zat antiseptik pada cuci tangan. *e-Journal Jkk*, 5 (2), 55-65.
- Liu, W. L. (2022). Moringa oleifera seed ethanol extract and its active component kaempferol potentiate pentobarbital-induced sleeping behaviors in mice via a GABAergic mechanism. . *Pharmacuetical Biology*, 60(1), 810-824.
- Mauliza & Arini, N. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Obesitas dan Penanganannya pada Anak. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(3), , 77-84 .
- Masdarwati, dkk. (2022). Factors Associated with Obesity Incidence in the Military Commad XIV/Hasanuddin Makassar. . *Public Health Nutrition Journal*, 2(1), , 23-32.
- Marhaeni, L. S. (2021). Daun Kelor (Moringa oleifera) Sebagai Sumber Pangan Fungsional dan Antioksidan. . *Jurnal Agrisia*, 13(2), , 40-53.
- Merisya, M. dkk. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian Obesitas Anak di SD Islam Al-Azhar 32 Padang. . *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 177-181.
- Nahar, S. (2016). Antiobesity Activity of Moringa Oleifera Leaves Against High fat diet-induced obesity in rats. . *International Journal of Basic & Clinical Pharmacology*, 5(4).
- Nasution, L. dkk. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Indeks Massa Tubuh pada Santri/Santriwati. . *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(1), , 52-57 .

- Prawiti, H. dkk. (2022). Pemantauan Indeks Massa Tubuh dan Persen Lemak Tubuh dalam Pencegahan Obesitas. . *Journa of Public Health Service*, 1(1), 53-60.
- Pratiwi, S. S. (2017). Kandungan dan Aktivitas Farmakologi Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia* s.). *Jurnal Unpad (Farmaka)*, 15(2) .
- Purnama, N. L. (2019). Sleep Hygiene Dengan Gangguan Tidur Remaja. . *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 30-36, 30-36.
- Purba, E. C. (2020). Kelor (*Moringa Oleifera* Lam): Pemanfaatan dan Bioaktivitas. *Jurnal Pro-Life*, 7(1).
- Redi Aryanta, I. W. (2019). *Manfaat Jahe Untuk Kesehatan* . Diambil kembali dari <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Rahayu, I. (2023). *Budidaya Jahe*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Ramadhan, A. D. (2022). Manfaat Jahe (*Zingiber officinale*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis:. *Tinjauan Pustaka. Agromedicine*, 9(1),, 37-40 .
- Rani, K. C. (2019). *Modul Pelatihan-Kandungan Nutrisi Tanaman Kelor: Fakuktas Farmasi Surabaya*. Diambil kembali dari <http://repository.ubaya.ac.id/38511/1/MODUL%20NUTRISI%20TANAMA N%20KELOR.pdf>
- Rachmayani, S. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 5(2), 125-130.
- Rany, N. dkk. (2018). Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Overweight pada Anggota Polisi di Polsek Tampan Pekanbaru Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(2), , 57–62.
- Rasyid, dkk. (2021). Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT). *Jurnal Medika Utama*, 2(4), 1095-1097 .
- Redline S, *et.al.* (2014). Risk Factors For Sleepdisordered Breathing in Children. Associations With Obesity, Race, and Respiratory Problems. *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine*, 159, 1527-1532
- Riswanti, I. (2016). Media Buletin Dan Seni Mural Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Tentang Obesitas. *JHE (Journal of Health Education)*, 3 .
- Setiyo, P. dkk. (2020). Jenis Kelamin dan Umur Berisiko Terhadap Obesitas pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2).110114.
- Sarfriyandi, J. dkk. (2015). Hubungan antara kualitas tidur dan kuantitas tidur dengan prestasi belajar mahasiswa. *JOM*, 2(2), , 1178-1185 .

- Sari, D. dkk. (2021). Kandungan Zat Gizi Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc): Review. *Journal of Biological Science*, 1(2), 11-18.
- Sahidu, M. G. (2020). Narkolepsi: Patofisiologi, Diagnosis dan Manajemen. *Jurnal Kedokteran*, 9(1), 1-12 .
- Supyana, R. D. (2019). Pengaruh Shift Kerja Malam Terhadap Waktu Reaksi dan Konsentrasi Tenaga Kesehatan GICU RSHS. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 4(4). .
- Susanti, A. dkk. (2021). Optimalisasi Pemanfaatan Hasil Komiditi Unnggu Melalui Pelatihan Olahan Jeruk Nipis di Wilayah Desa Banjarsari Jombang. *Journal Unimma Community Empowermen*, 6(3), 418-425.
- Sudargo, T. dkk. (2014). *Pola Makan dan Obesitas*. Yogyakarta: Gadjah mada University Press:.
- Susetyowati., dkk. (2019). *Peneranan Gizi dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Talika, F. T. (2016). Manfaat Inetrnet Sebagai Media Komunikasi Bagi Remaja di Desa Air Mangga Kecamatan Luiwui Kabupaten Hamahera Selatan. *Junrla Acta Diurna Komunikasi*, 5 (1).
- Telisa, I. dkk. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletan Health Journal*, 7(3), 124-131.
- Tentero, I. N. (2016). Hubungan Diabetes Melitus dengan kualitas Tidur. *Jurnal e-Biomedik*, 4(2).
- Ughude, R. U. (2021). Gambaran Pola Makan Mahasiswa FKM UNSRAT Semester IV Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. . *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), , 98-106 .
- Wang, G. H. (2013). Sleep patterns and sleep disturbances among Chinese school-aged children:. *Prevalence and associated factors, Sleep Medicine*, 14(1), 45-52.
- Wirawanti, dkk. (2022). Gambaran Prevalensi Obesitas Masyarakat di Wilayah Sekitar Minimarket Kota Makassar. *Journal Gizi dan Keluarga*, 1(2).
- Zain, Z. I. (2020). Pengaruh Jumlah Bahan Baku sertta Waktu Ekstraksi Terhadap Karakteristik dan Simpan Ekstrak Stevia Cair. *Jurnal Industri Teknologi Pertanian*, 14(2).
- World Health Organization WHO*. (2024.). Masa Remaja dari <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>
- World Health Organization (WHO)*. (2022). Obesity and Overweght <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-over>

