

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, D.P.R. (2020) “Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang,” *Jurnal Komunikasi*, 14(2), pp. 135–148.
- Afrilia, D.A. serta Festilia, S. (2020) “Hubungan Pola Makan serta Aktivitas Fisik terhadap Status Gizi di murid SMP Al - Azhar Pontianak,” 01(01), pp. 10–13.
- Agung Winasis serta Ratna Djuwita (2023) “Obesitas serta Kanker Payudara : Literature Review,” *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(8), pp. 1501–1508.
- Amaliyah, M., Soeryono, R. D., Luthfiyah, N., serta Suwardiah, D.K. (2021) “Pola Konsumsi Makan Remaja Dengan Kejadian Gastritis,” *Jurnal Tata Boga*, 10(1), pp. 129–137.
- Amrynia, S.U. serta Prameswari, G.N. (2022a) “Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle, serta Durasi Tidur dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Demak),” *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), pp. 112–121.
- Anam, M.R., Akter, S., Hossain, F., Bonny, S.Q., Akter, J., Zhang, C., Rahman, M.M., serta Mian, M.A.B. (2022) “Association of Sleep Duration and Sleep Quality with Overweight/Obesity Among Adolescents of Bangladesh: A Multilevel Analysis,” *BMC Public Health*, 22(1).
- Anbiar, M.A.P., Suchitra, A. serta Desmawati, D. (2022) “Hubungan Obesitas dengan Kejadian Kolelitiasis di RSUP Dr. M. Djamil Padang,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(2), pp. 65–73.
- Androutsos, O., Tsiampalis, T., Kouvari, M., Manou, M., Dimopoulou, M., Georgiou, A., Kosti, R.I., serta Charmandari, E. (2023) “Assessment of Diet Quality in Children and Adolescents with Overweight or Obesity in Greece,” *Children*, 10(7).
- Amalia, Z.N.R., Fauziah, M., Ernyasih serta Andriyani (2022) “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Remaja Tahun,” *ARKESMAS* 7(2), pp. 29–38.
- Lontaan, A., Sari, L.P. serta Astuti, N.B. (2025) “Association Between Fast Food Consumption Patterns and Adolescent Obesity,” *Miracle Get Journal*, 2(4), pp. 119–126.

- Aprilia, N. (2021) “Hubungan Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik serta Pola Makan Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Unsri Indralaya” *Universitas Sriwijaya*.
- Arismawati, D.F., Sada, M., Briliannita, A., Eliza, Satriani, Florensia, W., Rachmawati, S.N., Widyastuti, R.A., Kamarudin, A.P., Israeli, Kamaruddin, M., Ramdika, S.B., Nofitasari, A., Rahmawati serta Sriyati (2022) *Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Media Sains Indonesia*. Edited by Agustiawan. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Banjarnahor, R.O., Banurea, F.F., Panjaitan, J.O., Pasaribu, R.S.P. serta Hafni, I. (2022) “Faktor-faktor Risiko Penyebab Kelebihan Berat Badan serta Obesitas pada Anak serta Remaja: Studi Literatur,” *Tropical Public Health Journal*, 2(1), pp. 35–45.
- Chung, A., Vieira, D., Donley, T., Tan, N., Jean-Louis, G., Kiely Gouley, K. serta Seixas, A. (2021) “Adolescent peer influence on eating behaviors via social media: Scoping review,” *Journal of Medical Internet Research*. JMIR Publications Inc.
- Dewi, N.U., Khomsan, A., Dwiriani, C.M., Riyadi, H., Ekayanti, I., Hartini, D.A. serta Fadrijah, R.N. (2023) “Factors Associated with Diet Quality among Adolescents in a Post-Disaster Area: A Cross-Sectional Study in Indonesia,” *Nutrients*, 15(5).
- Dewita, E. (2021a) “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Negeri 2 Tambang,” *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(1), pp. 7–14.
- Dieny, F.F., Rose, S. serta Tsani, A.F.A. (2022) “Body Mass Index is The Most Associated Anthropometry Indicators of Obesity with Insulin Resistance in Female College Students,” *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 11(1), pp. 66–76.
- Dungga, E.F. (2020) “Hubungan Pola Makan serta Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak,” *Jambura Nursing Journal*, 2(1), pp. 103–111.
- Ekawati, D. Sabur, F., Umar, S. serta Gasma A. (2021) “Efektivitas Penyuluhan Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas Terhadap Peningkatan Pengetahuan murid di SDN NO.29 Cini Ayo Jenepono,” *Jurnal Inovasi Kajian*, 8(4), p. 470.

- Elizabeth, L., Machado, P., Zinocker, M., Baker, P. serta Lawrence, M. (2020) “Ultra-processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review,” *Nutrients*. MDPI AG, pp. 1–36.
- Fauziah, I. serta Krianto, T. (2022) “Pengaruh Budaya Pangan Lokal Dalam Pencegahan serta Penanggulangan Stunting pada Anak Balita (6-59 BULAN): Systematic Review,” *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(5), pp. 2541–0849.
- Fayasari, A. (2020) *Penilaian Konsumsi Pangan*. Jombang: Kun Fayakun.
- Setyawan, F.E.B., Widyastuti, R., Putra, S.A., Ekasari, A., Islami, N.A., Fitriani, N.H. serta Putri L.C. (2022) “Obesity as a Risk Factor in Hypertension,” *Jurnal Ilmu Kesehatan serta Kedokteran Keluarga*, 46(11), pp. 2434–2437.
- Gustiani Daraz, F., Windarti, I. serta Ristyaning Ayu Sangging, P. (2023) “Peran Obesitas dalam Metastasis Kanker Payudara,” 13, p. 172.
- Hardiansyah serta Supariasa, I.D.N. (2020) *Ilmu Gizi Teori serta Aplikasi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Haryati, Yunaningsi, S.P. serta Junuda, R.A.F. (2020) “Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo,” *Jurnal Surya Medika*, 5(2), pp. 22–33.
- Health Organization World (2025) “Obesitas serta Kelebihan Berat Badan,” 7, Mei 2025, pp. 1–7.
- Herdiani, A. (2024) “Pola Makan Sehat Dalam Masyarakat Terhadap Kesehatan serta Gizi,” *Jurnal Kesehatan*, 2(2), pp. 119–124.
- Hidayah, F., Sanjaya, D., Alamsyah, D. serta Asmi, N.F. (2025) “Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak di Sekolah Dasar Cikarang Kota Kabupaten Bekasi,” *Jurnal Ilmiah Kedokteran serta Kesehatan*, 5(1), pp. 70–75.
- Hutasoit, D.M., Mendrofa, I.J., Arkianti, M.M.Y. serta Diannita, C.G. (2024) “Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Dua,” *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 09(01), pp. 58–66.
- Indarti, J., Susilo, S.A., Hyawicaksono, P., Berguna, J.S.N., Tyagitha, G.A. serta Ikhsan, M. (2021) “Maternal and Perinatal Outcome of Maternal Obesity at RSCM in 2014-2019,” *Obstetrics and Gynecology International*, 2021.

- Indrasari Oktovina R serta Sutikno Ekawati (2020) “Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun,” *The Indonesian Journal of Health*, X(3), pp. 128–129.
- Istiharini, B., Sulaiman, L. serta Sismulyanto (2024) “Hubungan Antara Frekuensi Makan, Kebiasaan Sarapan serta Anemia Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri,” *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 12(2), pp. 59–66.
- Izzah, A.N.F., Sam, A.D.P. serta Abduh, M. (2025) “Hubungan Usia, Obesitas serta Jenis Kelamin Terhadap Risiko Terjadinya Osteoarthritis Lutut : Literature Review,” *PREPOTIF : JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 9(2), pp. 4178–4185.
- Jebeile, H., Kelly, A.S., O’Malley, G. serta Baur, L.A. (2022) “Obesity in Children and Adolescents: Epidemiology, Causes, Assessment, and Management,” *The Lancet Diabetes and Endocrinology*. Elsevier Ltd, pp. 351–365.
- Jelmila, S.N., Ajisman, r., Hasni, D., Liana, N., Helmizar, R. serta Triyana, R. (2023) “Skrining Status Gizi serta Edukasi Nutrisi untuk Kesehatan Reproduksi Remaja di Pesantren Putri Al-Fallah Kota Padang,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), pp. 2362–2366.
- Kampani, E., Kotanidou, E.P., Tsinopoulou, V.R., Sapountzi, E., Ntouma, S., Pavlou, E. serta Galli-Tsinopoulou, A. (2024) “Assessment of Sleep Quality in Adolescents with Overweight and Obesity Using the Adolescent Sleep Hygiene Scale (ASHS),” *Children*, 11(11).
- Kemenkes (2021a) “Manfaat Aktivitas Fisik,” 1(1), pp. 1689–1699.
- Kemenkes (2021b) “Pedoman Pengelolaan Pencegahan Obesitas Bagi Tenaga Kesehatan.”
- Kesehatan, D. (2024) “Laporan Tahunan.”
- Kusumo Prasetyo, M. (2020) *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik*, Yogyakarta: *The Journal Publishing*.
- Larruy-García, A., Mahmood, L., Miguel-Berges, M.L., Masip, G., Seral-Cortes, M., De Miguel-Etayo, P serta Moreno, L.A. (2024) “Diet Quality Scores, Obesity and Metabolic Syndrome in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis,” *Current Obesity Reports*. Springer, pp. 755–788.

- Listyandini, R., Pertiwi, F.D. serta Riana, D.P. (2020) “Asupan Makan, Stress, serta Aktivitas Fisik Dengan Sindrom Metabolik pada Pekerja di Jakarta,” *jurnal Kajian serta Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 01(01), pp. 19–32.
- López-Gil, J.F. *et al.* (2024) “Is the Frequency of Breakfast Consumption Associated with Life Satisfaction in Children and Adolescents? A Cross-sectional Study with 154,151 Participants from 42 Countries,” *Nutrition Journal*, 23(1).
- López-Gil, J.F., Tully, M.A., Cristi-Montero, C., Brazo-Sayavera, J., Gaya, A.R., Calatayud, J., Lopez-Bueno, R. serta Smith, L. (2025) “Prevalence of Obesity and Associated Sociodemographic and Lifestyle Factors in Ecuadorian Children and Adolescents,” *Pediatric Research*, 97(1), pp. 422–429.
- Malau, F.U.L.G., Setyaji, D.Y. serta Setyaning, R.S.W. (2025) “Hubungan antara Keragaman Makanan serta Riwayat Diare dengan Underweight pada Anak Usia 24-59 Bulan di Puskesmas Pengasih II, Kulon Progo,” *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 24(2), pp. 137–143.
- Manja, P., Marlenywati serta Mardjan (2020) “Hubungan Antara Konsumsi Kafein, Screen Time, Lama Tidur, Kebiasaan Olahraga dengan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak,” *Jurnal Mahasiswa serta Kajian Kesehatan*, 7(1), pp. 1–9.
- Manoppo, M.W., Pitoy, F.F. serta Abigael, T. (2023) “Kualitas Tidur pada Ibu Hamil,” *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), p. 2100.
- Martanti, S., Batubara, L., Arsyad, M. serta Syam, E. (2024) “Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi terhadap Pola Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 serta Tinjauannya Menurut Pandangan Islam” *Junior Medical Journal*, 2(7).
- Martony, O. (2024) “Junk Food Makanan Favorit serta Dampaknya Terhadap Tumbuh Kembang Anak serta Remaja,” *Open Journal Systems*, 2(4), pp. 306–312.
- Mega, A.G., Ali, M.A., Subiyono, H.S. serta Kurniawati, D.M. (2021) “Hubungan Rasio Perilaku Konsumsi Makro Nutrisi dengan

- Tingkat Kebugaran Jasmani pada Remaja,” *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), pp. 130–140.
- Melo, G.R.A., Silva, P.O., Nakabayashi, J., Bandeira, M.V., Toral, N. serta Monteiro, R. (2020) “Family Meal Frequency and its Association with Food Consumption and Nutritional Status in Adolescents: A Systematic Review,” *PLoS ONE*, 15(9).
- Men, J., Wang, P., Gao, Q., Li, Y., Zhu, G., Yu, Z., Wu, S., Zhang, Y., An, W., Wang, J., Wu, Y, Li, Z. serta Zhang, J. (2025) “Impact of Exercise on Anthropometric Outcomes in Children and Adolescents with Overweight or Obesity: A Systematic Review and Meta-analysis Based on 113 Randomized Controlled Trials Worldwide,” *BMC Public Health*. BioMed Central Ltd.
- Mufidah, R. serta Soeyono, R.D. (2021) “Pola Makan, Aktivitas Fisik, serta Durasi Tidur terhadap Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi Unesa,” *Gizi Unesa*.
- Muttaqin, D. (2022) “Profil Status Identitas Remaja: Analisis Kluster Berlandaskan Tiga Dimensi Identitas,” *Journal of Psychological Science and Profession*, 6(2), p. 140.
- Naryati serta Ramdhaniyah (2021) “Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2021,” *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 04(01), pp. 5–13.
- Nur, H. serta Aritonang, E.Y. (2022) “Gambaran Pola Makan serta Kelelahan Kerja Pada Buruh Angkat Di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat,” *Journal of Health and Medical Science*, 1, pp. 242–254.
- Saputri, I.P. serta Farida, E. (2025) “Indonesian Journal of Public Health and Nutrition Kejadian Gizi Lebih serta Obesitas pada Remaja: Systematic Literature Review Terkait Faktor Risiko,” *IJPHN Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 5(2), pp. 301–314.
- Pojednic, R., D’Arpino, E., Halliday, I. serta Bantham, A. (2022) “The Benefits of Physical Activity for People with Obesity, Independent of Weight Loss: A Systematic Review,” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9).

- Pries, A.M., Feeley, A. serta Kupka, R. (2025) "Diet Quality Among Older Adolescent Boys and Girls in the Southeast Asia Region," *Maternal and Child Nutrition*, 21(2).
- Putri Chairunnisa, O., Khalish, M. serta Gozali, A. (2023) "Obstructive Sleep Apnea Syndrome serta Penderita Obesitas," *Medula*, 12, p. 758.
- Putri, M., Siregar, N.R. serta Qalbi, L.S. (2024) "Dukungan Sosial Keluarga serta Status Identitas Achievement Pada Remaja Akhir," *Jurnal Sublimapsi*, 5(2), p. 314.
- Ragita, S.P. serta Fardana N., N.A. (2021) "Pengaruh Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Terhadap Kematangan Emosi Pada Remaja," *Buletin Riset Psikologi serta Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), pp. 417–424.
- Rahmania, P. serta Lufiana, F. (2024) "Persentase Visceral Fat Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Haji Medan," *Pandu Husada*, 5(4), pp. 36–42.
- Rahmawati, E., Firdaningrum, N.E. serta Agoes, A. (2021) "Hubungan antara Durasi Tidur dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik serta Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang," *Journal of Islamic Medicine*, 5(1), pp. 9–19.
- Romadhoni, W.N., Nasuka, Candra, A.R.D. serta Priambodo, E.N. (2022) "Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga selama Pandemi COVID-19," *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani serta Olahraga (JPJO)*, 5(2), pp. 200–207.
- Salsabela, A.E. serta Hardiningsih, E.F. (2023) "Hubungan Pengetahuan Gizi serta Frekuensi Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Kelas 9 Di SMP Negeri 29 Samarinda," *Nusantara Journal of Multidisciplinary Science*, 1(4).
- Sari, D.N., Hilmanto, D., Sunjaya, D.K. serta Sari, P. (2025) "Community-based Interventions to Improve Adolescent Nutrition: A Scoping Review," *BMC Public Health*. BioMed Central Ltd.
- Sasmitha, M.A. serta Effendi, L. (2025) "Determinan Kualitas Tidur Remaja Menurut Social Cognitive Theory Model : Tinjauan Pustaka Tahun 2020-2025," *Jurnal Ventilator*, 3(4), pp. 263–273.
- Seema, S., Rohilla, K.K., Kalyani, V.C. serta Babbar, P. (2021) "Prevalence and Contributing Factors for Adolescent Obesity in Present Era,"

Journal of Family Medicine and Primary Care, 10(5), pp. 1890–1894.

- Sejdija, S. serta Maggio, A.B.R. (2025) “Exploration of Motivation to be Physically Active among Overweight Adolescents in Switzerland,” *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 30(2), pp. 491–501.
- Sembiring, B.A., Rosdewi, N.N. serta 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) Kesmas Respati*, 7(1), p. 87.
- Siswoto, K.P.D. serta Tarcisia, T. (2023) “Gambaran Penyakit Arteri Perifer pada Warga Obesitas di Atas Usia 50 Tahun Kelurahan Jatirasa,” *Tarumanagara Medical Journal*, 5(1), pp. 82–91.
- Sitoayu, L., Musliha, W., Swamilaksita, P.D. serta Melani, V. (2021) “Prevalensi serta Faktor Penyebab Obesitas pada Remaja di Wilayah Jakarta Barat,” 10(3), pp. 270–279.
- van Sluijs, E.M.F., Ekelund, U., Crochemore-Silva, I., Guthold, R., Ha, A., Lubans, D., Oyeyeni, A.L., Ding, D. serta Katzmarzyk, P.T. (2021) “Physical Activity Behaviours in Adolescence: Current Evidence and Opportunities for Intervention,” *The Lancet*. Elsevier B.V., pp. 429–442.
- Subhaktiyasa, P.G. (2024) “Menentukan Populasi serta Sampel : Pendekatan Metodologi Kajian Kuantitatif serta Kualitatif,” *Journal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9, pp. 2721–2731.
- Sugeng, M.W., Agusaputra, H., Inawati serta Sunaryati, T. (2023) “Penyuluhan Pengaruh Indeks Masa Tubuh (IMT), Kadar Gula Darah serta Prilaku Diet Tinggi Serat untuk Mencegah Kanker Kolorektal,” *Jurnal Abdidas*, 4(6), pp. 457–464.
- Suha, G.R. serta Rosyada, A. (2022) “Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Umur 13–15 Tahun di Indonesia (analisis lanjut data Riskesdas 2018),” *Ilmu Gizi Indonesia*, 6(1), p. 43.
- Suraya, R., Siagian, A., Lubis, Z. serta Nababan, A.S.V. (2021) “Pengaruh Konsumsi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, Screen Time, serta Durasi Tidur Terhadap Obesitas Pada Remaja,” *Jurnal Dunia Gizi*, 3(2), pp. 80–87.

- Suryana, E., Hasdikurniati, A.I., Harmayanti, A.A. serta Harto, K. (2022) “Perkembangan Remaja Awal, Menengah serta Implikasinya Terhadap Pendidikan,” *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), pp. 1917–1928.
- Syifaa’, A., Zurriyani, Z. serta Zuheri, Z. (2022) “Prevalensi Obesitas terhadap Kejadian Osteoarthritis di Poliklinik Penyakit Dalam RS Pertamedika Ummi Rosnati Banda Aceh,” *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), pp. 190–195.
- Tanjung, N.U., Amira, A.P., Muthmainah, N. serta Rahma, S. (2022) “Junk Food serta Kaitannya dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 14(3), pp. 133–140.
- Tasya Alifia Izzani, Selva Octaria serta Linda Linda (2024) “Perkembangan Masa Remaja,” *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan serta Humaniora*, 3(2), pp. 259–273.
- Tekola, A., Regassa, L.D., Mandefro, M., Shawel, S., Kassa, O., Shasho, F.m Demis, T., Masrie, A., Tamire, A. serta Roba, K.T. (2024) “Body Image Dissatisfaction is Associated with Perceived Body Weight among Secondary School Adolescents in Harar Town, eastern Ethiopia,” *Frontiers in Psychiatry*, 15(May), pp. 1–7.
- Telisa, I., Hartati, Y. serta Haripamilu, A.D. (2020) “Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA,” *Faletehan Health Journal*, 7(03), pp. 124–131.
- Trinelza, P.A., Wuryanti, S. serta Mahmud, A. (2022) “The Relationship Between Physical Activity and Nutritional Status During the COVID-19 Pandemic on Students of the Faculty of Medicine Class of 2019, University of Yarsi, Seen from the Perspectives of Medicine and Islam,” *Junior Medical Journal*, 1(1), pp. 14–23.
- Utami, A.N. (2017) “Hubungan Pola Makan serta Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Overweight serta Obesitas pada Remaja.”
- Wansyaputri, R.R., Ekawaty, F. serta Nurlinawati, N. (2021) “The Relationship between Diet and Physical Activity on the Incidence of Obesity in Elementary School Children at SDN 49/IV Jambi City,” *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), pp. 103–112.
- WHO (2020) *WHO Guidelines On Physical Activity And Sedentary Behaviour*.
- WHO (2024) “Aktivitas Fisik,” 1(1), pp. 1689–1699.

WHO (2025) *Obesity and Overweight*.

Wirenviona, R. (2020) *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Surabaya: Airlangga University Press.

Zhang, X., Liu, J., Ni, Y., Yi, C., Fang, Y., Ning, Q., Shen, B. serta Wang, K. (2024) "Global Prevalence of Overweight and Obesity in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis," *JAMA Pediatrics*, 178(8), pp. 800–813.