

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, M.B.S. (2021) *Hubungan Pola Konsumsi, Asupan Gizi dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Pegawai Dinas PERKIM Pada Saat Pandemi Covid-19*. Jakarta.
- Amelia, R., Mardiyah S., Wiwit W. (2025) 'Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres, dan Durasi Tidur dengan Status Gizi pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *JGK*, 17(1).
- Andini, C. (2021) *Hubungan Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Remaja di SMK Negeri 3 Kota Bekasi*.
- Andini, M., Pudjiati, S.R.R. (2021) 'Gambaran Psikologis Siswa-Siswi SMA Selama Sekolah dari Rumah Akibat Pandemi COVID-19 di Indonesia', *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 10(3). Available at: <https://doi.org/10.30872/psikostudia>.
- Aribowo, M.F. (2023) *Studi Kausalitas: Kekhawatiran, Perceived stress, harapan, dan kepuasan hidup pada dewasa awal*.
- Ayu, T., Fitriani, A., Aini, R.N. (2022) 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Konsumsi Makanan Cepat Saji, Asupan Zat Gizi Makro, Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja', *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, 7(1), pp. 48–60. Available at: <https://doi.org/10.22236/argipa.v7i1.7450>.
- Bakhtiar, A. (2020) *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama dan Kedua Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Beresin, G. (2024) *Stress in Teenagers*. Available at: https://www.massgeneralbrigham.org/en/about/newsroom/articles/stress-in-teenagers?utm_source=chatgpt.com.
- Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983) *A Global Measure of Perceived Stress, Source: Journal of Health and Social Behavior*.
- Cynthia, H., Simanungkalit, S.F. (2023) 'The Relationship Between Body Image, Eating Disorders and Stress Levels With Nutritional Status of Nutrition Students UPN Veteran Jakarta', *JGK*, 15(1).

- Dini Lubna Alyani (2024) 'Hubungan Asupan Energi, Aktivitas Fisik, dan Tingkat Stres dengan Status Gizi Santri di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 2(3), pp. 20–31. Available at: <https://doi.org/10.55606/jig.v2i3.2993>.
- Djide, N.A.N., Prasiwi N.W., Petrika Y., Irma. (2025) 'Penilaian Status Gizi : Buku Ajar'.
- Fathimatuzzahra, N., Nurhamidi, N., Yanti, R. (2024) 'Hubungan Perilaku Emotional Eating, Restraint Eating, dan Tingkat Stres dengan Status Gizi Remaja Relationship of Emotional Eating, Restraint Eating, and Stress Levels with Nutrition Status of Adolescents', *Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-Panzi)*, 06.
- Fatmawati, T.Y., Julaecha., Efni, N. (2024) 'Status Gizi dan Pengetahuan Remaja Putri dalam Upaya Pencegahan Anemia Defisiensi Besi', *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 12(1). Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.306>.
- Ginting, R.M.S., K. Iriyani., W. Ratih. W., Suryaningsih. (2024) *Zat Gizi Makro*. 1st ed. Edited by M.A.Z. R. Surabaya: Pustaka Aksara. Available at: www.pustakaaksara.co.id.
- Hamzah, Hasrul, Hafid, A. (2020) 'Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah 5* [Preprint]. Available at: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM> (Accessed: 31 October 2025).
- Hartanti, A., Harwati, R., Arswinda. (2024) 'Hubungan Pengetahuan Tentang Nutrisi Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 3 Boyolali', *Jurnal Cakrawala Keperawatan*, 01(02), pp. 134–145. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35872/jck.v1i02.766>.
- Hidayati, L.N., Harsono, M. (2021) 'Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi', *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1).

- Irola, D., Kalifia, A.D. (2024) ‘Aspek Perkembangan Kognitif Pada Masa Remaja’, *Dewantara : Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(1), pp. 128–132. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i1.2111>.
- Kemenkes (2024) *Apa Itu Stres: Gejala, Penyebab, Pencegahan dan Pengobatan*. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres>.
- Kemenkes RI (2025) *Remaja*. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/dewasa>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Jakarta.
- Khoiroh Zaimatul (2022) *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Perilaku Makan Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Di Pondok Pesantren A.P.I Al-Masykur Jombor*.
- Kurniawati, A. (2023) *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMA IPIEMS Surabaya*.
- Kusuma, Y.S. (2025) ‘Keseimbangan Mental Dalam Era Digital: Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja’, *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(02).
- Maharani, T., Khomsan, A. (2024) ‘Hubungan Mindful Eating dan Tingkat Stres dengan Status Gizi pada Siswa SMA Global Persada Mandiri School’, *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 3(3), pp. 199–208. Available at: <https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.3.199-208>.
- Mohtar, M.R., Yulitasari, B.I., Yuliawan, D. (2025) ‘Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Remaja di Madrasah Aliyah Negeri Insan Cendekia Halmahera Barat’, *Comserva : Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 4(10), pp. 3803–3811.
- Muchtar, F., Sabrin, Effendy, D.S., Lestari, H., Bahar, H. (2022) ‘Pengukuran status gizi remaja putri sebagai upaya pencegahan masalah gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe’, *Abdi Masyarakat*, 4V(1). Available at: <http://ejournal.mandalanursa.org/index.php/PB/issue/archive>.

- Mukhtar (2025) 'Kerapuhan Pada Anak Di Masa Perkembangan Remaja Awal', *Jurnal At-Tarbiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(1).
- Nasution, A.S., Nuraida, I., Putri, L.D., Raharsari, R.T., Suhenda, D. (2023) 'Determinan Status Gizi Remaja Usia 12-16 Tahun', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya* [Preprint]. Available at: <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/JIKSHT>.
- Nathalia Palupi, T. (2021) *Tingkat Stress pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid 19*, *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*.
- Nildawati., Syarfaini., Alam, S., Syahrir, S. (2024) 'Gambaran Status Gizi Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Uin Alauddin Makassar', *Jurnal Andragogi Kesehatan*, 4(1).
- Nisrina Afifah Wahyu (2023) 'Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Perilaku Self Harm Pada Mahasiswa Di Wilayah Kelurahan Keputih Surabaya'.
- Okti, M.N., Afrinis, N., Apriyanti, F. (2024) 'Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMAN 1 Pekanbaru', *Indonesian Journal of Science*, 1(4), pp. 1000–1007.
- Peni, G.K. (2023) *Hubungan Tingkat Stres, Emotional Eating, Dan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Jakarta II*.
- Permenkes (2020) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak*. Jakarta. Available at: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135918/permenkes-no-2-tahun-2020> (Accessed: 1 November 2025).
- Pradipta, L.D., Hanami, Y. (2024) 'Studi Kualitatif: Pengalaman Stres dalam Kehidupan Sehari-hari dan Strategi Coping pada Remaja', *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(3), p. 361. Available at: <https://doi.org/10.24014/pib.v5i3.25201>.

- Pratiwi, S.D., Djuwita, R. (2022) *Hubungan Gaya Hidup dengan Kesehatan Mental Remaja di Indonesia (Analisis Data Global School-Based Student Health Survey Indonesia 2015)*.
- Putri, P.N., Kirani, N., Sitepu, A.S.B., Siregar, I.R., Priantono D. (2024) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja MTS Al-Washliyah Desa Celawan Kec. Pantai Cermin Kab. Serdang Bedagai’, *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 13(1). Available at: <http://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id> (Accessed: 11 March 2026).
- Rahmat, I. (2022) ‘Pengaruh Pendidikan Ibu Dengan Status Gizi Siswa Di SMK Bina Sehat Nusantara Kabupaten Bone Tahun 2022’, *Jurnal Suara Kesehatan*, 8(1). Available at: <https://http://journal.iskb.ac.id/> (Accessed: 19 October 2025).
- Renyoet, B.S., Gelora, M., Kristiani, C. (2024) ‘Hubungan Status Gizi Dengan Stress Kecemasan Dan Depresi Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama Di Kota Salatiga’, *JGMI : The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 13(2).
- Rezkiani, S. (2024) *Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Kejadian Gizi Kurang Pada Remaja Di SMPN 2 Kota Jambi Tahun 2024*.
- Sari, G.E. (2024) *Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Remaja Di SMA YPK Tabernakel Nabire, Provinsi Papua Tengah*.
- Sari, M.D. (2025) ‘Asupan Energi, Kebiasaan Olahraga dan Status Gizi pada Remaja di Inderalaya’, *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 4(2), pp. 151–157. Available at: <https://doi.org/10.25182/jigd.2025.4.2.151-157>.
- Simamora, S.C., Bima., Saputri, Y., Purba, C. (2025) ‘Perkembangan Kepribadian Pada Remaja: Membangun Identitas’, *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 2(3), pp. 251–259. Available at: <https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/about>.
- Simanjuntak, M.R., Turnip, N.L., Mahulae, A.C., Lubis, G.J. (2024) ‘Analisis Perkembangan Fisik Dan Psikologi Pada Remaja’, *Pediaqu:Jurnal*

- Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 3(2). Available at: <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu> (Accessed: 14 October 2025).
- Sinaga, M.D., Retni., Habibi, J. (2025) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja Di SMPN 12 Kuala Lempuing Kota Bengkulu’, *Jurnal Kesehatan Mitra Sekawan*, 1(2), pp. 83–90. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.70963/jkmp.v1i2>.
- Sinaga, T.R., Hasanah, L.N., Shintya, L.A., Faridi, A. (2022) *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. 1st ed. Edited by A. Karim. Yayasan Kita Menulis.
- Sitoayu, L., Aminatyas, I., Angkasa, D., Gifari, N., Wahyuni, Y. (2021) ‘Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur terhadap Status Gizi pada Remaja Putra SMA DKI Jakarta’, *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), pp. 55–64. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2021.008.01.6>.
- Sukianto, R.E., Marjan, A.Q., Fauziyah, A. (2020) ‘Hubungan tingkat stres, emotional eating, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh dengan status gizi pegawai Universitas Pembangunan Nasional Jakarta’. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35842/ILGI.V3I2.135>.
- Susilawati, Octasari, A., Juanda (2023) ‘Analisis Struktur Kurikulum K13 dan Struktur Kurikulum Merdeka Fase E untuk Kelas X dan Fase F untuk Kelas XII’, *Jurnal Literasi dan Pembelajaran Indonesia*, 3(1), pp. 24–32.
- Syafitri, S. (2024) *Hubungan Tingkat Stres Dan Asupan Makanan Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Program Studi Gizi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*.
- Syarfaini., Jusriani, R., Zulfitriwati., Nurfaika., Maharani, Z. (2024) ‘Asupan Energi Makro dan Mikro dengan Status Gizi Remaja Awal di Kepulauan Liukang Loe’, *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(2), pp. 225–231. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i2.1315>.
- Tyas, D.M., Pertiwi, A., Nisa, V.Z. (2023) ‘Sosialisasi Peningkatan Pemahaman Kesehatan Mental Pada Remaja’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*,

1(10). Available at:
<https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmmba/index>
(Accessed: 25 October 2025).

WHO (2025) *Adolescent Health*. Available at: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health?utm_source=chatgpt.com#tab=tab_1.

Widnatusifah, E., Battung, S.M., Bahar, B., Jafar, N., Amalia, M. (2020) *Gambaran Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu, JGMI: The Journal of Indonesian Community Nutrition*.

Wulandari, D. (2014) 'Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah dan Keperawatannya', *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), pp. 39–43.

Yuni, I.G.A.S.M., Wilani, N.M.A. (2025) 'Intervention in Academic Stress in Adolescents', *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 14(2), pp. 152–158. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2>.