

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, I. M., 2018. *Kesehatan Mental Remaja*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Akbar. Maulidini, D. A. Z., 2020. Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*.
- Andriani, R. A. N., 2016. Asupan Lemak dan Status Gizi Remaja di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Anggraini, F., & Putra, M. 2023. Peran Lemak dalam Pemulihan dan Performa Siswa. *Jurnal Nutrisi dan Kebugaran*.
- Anita, Y. 2022. Tanggung Jawab Pelaku Usaha Kepada Konsumen Terhadap Penggunaan Pewarna Pakaian Pada Makanan Di Kota Pekanbaru Berdasarkan Pada Undang-undang Nomor 8 Tahun 1999 Tentang Perlindungan Konsumen. *Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau*.
- Arlita, T. W, 2022. Hubungan Asupan Natrium, Status Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Siswa Voli Wanita di Desa Banjaratma. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*.
- Calder, P. C. & J. A. A., 2000. Undernutrition, infection and immune function. *Nutrition Research Reviews*.
- Dwitania, Y. 2020. Hubungan kebiasaan sarapan dan asupan kalori dengan kejadian overweight pada remaja.
- Fatmah, 2017. *Gizi Olahraga untuk Remaja*. Bandung: Alfabeta.
- Febriani, R. S. A. & T. F., 2019. Consumption of fat, lemak, and carbohydrate among adolescent with overweight/obesity. *Journal of Maternal and Child Health*.
- Fitriani, N., & Susilo, R. 2019. Evaluasi Asupan Energi dan Performasi Siswa Bola Voli Putri di Klub Surabaya. *Jurnal Gizi Olahraga Indonesi*
- HR, H.S.C. 2018. Metodologi penelitian kesehatan dan pendidikan. *Penebar Media Pustaka*.
- Hutabarat, A. H. H., Triawanti, T., & Yuliana, I. 2020. Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Kalori Dengan Status Gizi Lebih Siswa SMA di Wilayah Kerja Puskesmas Teluk Dalam. Homeostasis.

- Indrawati, A. 2021. *Gizi Seimbang untuk Atlet*. Bandung: Pustaka Medika.
- Karim, M. A. 2017. Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 5 Sleman. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*.
- Langgar, D. P., & Setyawati, V. A. V. 2014. Hubungan Antara Asupan Gizi Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Perusahaan Tahu Baxo Bu Pudji Di Ungaran Tahun 2014. *VISIKES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Millatashofi, A. S., & Adi, A. C. 2023. Hubungan Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi Dan Kebiasaan Jajan Dengan Status Gizi Pada Remaja Santriwati Di Pondok Pesantren Surabaya. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2).
- Novitasari, D. A., 2016. Tingkat Konsumsi Energi, Aktivitas Fisik Dan Kesegaran Jasmani Pada Posisi (Tosser Dan Smasher) Siswa Bola Voli. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Ngafifi, M., 2014. Kemajuan teknologi dan pola hidup manusia dalam perspektif sosial budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi*, 2(1).
- Nugraheni, M., 2013. Keamanan Pangan Dan Pengendaliannya Di Bidang Boga. *Prosiding Pendidikan Teknik Boga Busana*.
- Nugroho, Y., & Lestari, D. 2021. Pengaruh Konsumsi Lemak Kompleks terhadap Performa Siswa. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*.
- Oktaviani, W. D. 2012. Hubungan kebiasaan konsumsi fast food, aktivitas fisik, pola konsumsi, karakteristik remaja dan orang tua dengan indeks massa tubuh (IMT) (studi kasus pada siswa SMA Negeri 9 Semarang tahun 2012).
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 28 Tahun 2019 *Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Tersedia di: <https://peraturan.bpk.go.id> (diakses: 04 April 2024)
- Pratama, D., & Widjaja, I. 2020. Hubungan Asupan Energi dengan Komposisi Tubuh Siswa Bola Voli Putra di Jakarta. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*.

- Prasetyo, B. 2020. *Nutrisi dan Diet untuk Siswa*. Jakarta: Penerbit Olahraga Sehat.
- Primashanti, D. A. D., & Sidiartha, I. G. L. 2018. Perbandingan asupan energi, lemak, lemak dan lemak dengan angka kecukupan gizi pada anak obesitas. *Medicina*.
- Putri, A.Y., 2015. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pola konsumsi makan pada siswa Madrasah Ibtidaiyah Unwanul Huda di Jakarta Selatan Tahun 2015.
- Putri, M., 2022. Asupan Lemak, Zat Besi dan Status Gizi pada Remaja Putri. *Journal of Nutrition College*.
- Putri, N., 2022. Konsumsi Energi, Lemak, dan Zat Gizi Mikro dan Hubungannya dengan Performa Siswa Basket. *Sport and Nutrition Journal*.
- Rifqi, M., 2020. Status Gizi, Asupan Energi dan Kebutuhan Energi pada Siswa Bola Voli. Universitas Negeri Padang.
- Qurniawati, N. and Kriswanto, E.S., 2018. Pemenuhan Kebutuhan Kalori Siswa Kelas V Sd N Percobaan 3 Pakem, Kabupaten Sleman. *PGSD Penjaskes*.
- Rahmawati, Y. D., Khasanah, L., & Wahyani, A. D. 2023. Hubungan Asupan Kalori, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Karyawan Universitas Muhadi Setiabudi. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan (JIGK)*.
- Ryadi, A. K. 2016. *Manusia Hidup Lestari Melalui Etika Pangan*. Daerah Istimewa Yogyakarta: PT Kanisius.
- Sari, G., Lubis, G., & Edison, E. 2016. Hubungan pola makan dengan status gizi anak Usia 3-5 tahun di wilayah kerja puskesmas Nanggalo Padang 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*.
- Sari, M. 2023. Zat Gizi Makro. *Jurnal Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
- Sari, M. S. 2019. Analisis Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Vitamin C, Zat Besi, Seng, dan IMT/U Berdasarkan Tingkat Kognitif Siswa Kelas 5 Di SD Negeri Duri Kepa 13 Pagi Jakarta Barat. *Jurnal Universitas Esa Unggul*.
- Sari, M., 2018. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Salamah, R., 2019. Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kebugaran Jasmani. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- Setiawati, Y. and Ani, N., 2019. Hubungan Pelatihan Apn Dengan Pengetahuan Dan Keterampilan Bidan Dalam Pertolongan Persalinan. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*.
- Sulistianingsih, A., & Madi Yanti, D. A. 2016. Kurangnya asupan makan sebagai penyebab kejadian balita pendek (stunting). *Jurnal Dunia Kesehatan*.
- Suryati, N., Wahyuni, N. and Novika, N. 2023. Pola Konsumsi Ikan Masyarakat Di Kelurahan Muara Enim Kecamatan Lubuklinggau Barat I Kota Lubuklinggau. *Jurnal Ilmu Pertanian Kelingi*.
- Sutanto, Y., & Kurniawan, D. 2020. Faktor-Faktor Penyebab Kekurangan Energi Kronis pada Remaja di Kota Bandung. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Soetjiningsih, 2019. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Whitney, E. & R. S. R., 2018. *Understanding Nutrition*. Belmont: Cengage Learning.
- Wolfe, R. R., 2002. Regulation of muscle lemak by amino acids. *The Journal of Nutrition*.