

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah, H., Patriasih, R., & Nurhayati, A. (2020). Pengetahuan Gizi Tenaga Kerja Obesitas Di Puskesmas Labuhan Ratu Lampung. *Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 9(2).
- Adriani, M., Wirjatmadi, B. (2016). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Agustin, F., Fayasari, A., & Dewi, G. K. (2018). Pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang terhadap status gizi lebih pada pegawai Rumah Sakit Penyakit Infeksi Sulianti Saroso Jakarta Utara. *Ilmu Gizi Indonesia*, 1(2), 93–103.
- Avissa, A., Kuswari, M., Nuzrina, R., Gifari, N., & Melani, V. (2021). Pengaruh program latihan olahraga dan edukasi gizi terhadap komposisi tubuh, lingkaran perut dan lingkaran panggul pada wanita usia produktif di depok. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 2(2), 176–192.
- Azzahra, M. F., & Muniroh, L. (2015). Pengaruh konseling terhadap pengetahuan dan sikap pemberian MP-ASI. *Media Gizi Indonesia*, 10(1), 20–25.
- Castro, E. A., Carraça, E. V., Cupeiro, R., López-Plaza, B., Teixeira, P. J., González-Lamuño, D., & Peinado, A. B. (2020). The effects of the type of exercise and physical activity on eating behavior and body composition in overweight and obese subjects. *Nutrients*, 12(2), 557.
- Cornelia, Edith S, Irfanny A, Rita R, Sri I, Triyani K, & Hera N. (2012). *Konseling Gizi*. Jakarta: Penebar Plus.
- Devi, L. A., Winaya, I. M. N., Indrayana, A. W., & Adiatmika, I. P. G. (2022). Pengaruh Latihan Mat Pilates Untuk Menurunkan Presentase Lemak Dan Meningkatkan Massa Otot Pada Wanita Dewasa Dengan Obesitas. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 10(1).
- Evan, Wiyono, J. and Candrawati, E. (2017) ‘Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang’, *Nursing News*, 2, pp. 708–717.
- Halim, R., & Suzan, R. (2020). Korelasi masa lemak dan lemak viseral dengan kadar leptin serum pada remaja overweight dan obesitas. *Jambi Medical Journal*, 8(1), 102-110.
- Hutasoit, E. S. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Obesitas Pada Wus di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru 2019. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(1), 25-33.
- Gifari, N., Kuswari, M., Nuzrina, R., Pratiwi, P., & Wulandari, F. (2021). Pengaruh latihan dan konseling gizi terhadap perubahan status gizi dewasa obesitas. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 107–116.
- Imran, F. A., & Hasnah, H. (2017). Pengaruh penyuluhan kesehatan melalui media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dampak abortus provokatus kriminalis di kelas X SMAN 2 Gowa. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 61–67.
- Jariono, G., Subekti, N., Indarto, P., Hendarto, S., Nugroho, H., & Fachrezzy, F. (2020). Analisis kondisi fisik menggunakan software Kinovea pada atlet taekwondo Dojang Mahameru Surakarta. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 16(2), 133–144.

- Jauziyah, S., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan gizi dan cara mendapatkan makanan berhubungan dengan kebiasaan makan mahasiswa universitas diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 72–81.
- Jayanti, Y. D., & Novananda, N. E. (2017). Hubungan pengetahuan tentang gizi seimbang dengan status gizi pada remaja putri kelas XI akuntansi 2 (di SMK PGRI 2 Kota Kediri). *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 100–108.
- Kemkes RI. (2017). *Buku Ayo Bergerak*. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular
- Kemkes RI (2018). Laporan Nasional Rikesdas 2018. Jakarta: Kemkes RI.
- Kemkes RI (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Rikesdas 2018. Jakarta: Kemkes RI.
- Kemkes RI (2018a). *Klasifikasi Obesitas Setelah Pengukuran IMT*. Tersedia di: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt> (diakses: 20 Januari 2024).
- Kemkes RI (2018b). *Tips Mengatasi Obesitas*. Tersedia di: <https://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas> (diakses: 20 Februari 2024).
- Kemkes RI (2018c). *Pedoman Piring Makan Model T untuk Menurunkan Berat Badan*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/729/piring-makan-model-t-diet-sehat-untuk-menurunkan-berat-badan (diakses: 20 Februari 2024).
- Koonin, L. M., Hoots, B., Tsang, C. A., Leroy, Z., Farris, K., Jolly, B., Antall, P., McCabe, B., Zelis, C. B. R., & Tong, I. (2020). Trends in the use of telehealth during the emergence of the COVID-19 pandemic—United States, January–March 2020. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 69(43), 1595.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179–190.
- Kusteviani, F. (2015). Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Abdominal Pada Usia Produktif (15–64 Tahun) Di Kota Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 3(1), 45-56.
- Kuswari, M., Rimbawan, R., Dewi, M., & Gifari, N. 2021. EFEK TELE-EXERCISE DIBANDINGKAN DENGAN KOMBINASI TELE-EXERCISE DAN TELE-COUNSELING TERHADAP PENURUNAN BERAT BADAN PEKERJA OBESITAS Effect of tele-exercise versus combination of tele-exercise with tele-counseling on obese office employee's weight loss. *Arsip Gizi Dan Pangan*. 2021, 6(2), 131–139. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i2.7710>
- Kuzmar, I. E., Cortés-Castell, E., & Rizo, M. (2014). Effectiveness of telenutrition in a women's weight loss program. *PeerJ PrePrints*, 2, e595v1. <https://doi.org/10.7287/peerj.preprints.595v1>
- Larasati Tristiana, D., Kurniawati, D., Rahayu, U. B., & Fis, S. (2015). Pengaruh Pilates Exercise Terhadap Fleksibilitas Punggung Dan Indeks Massa Tubuh (Imt) Pada Wanita Obesitas (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Lestantina, A., Wahyudi, A., & Yuliantini, E. (2018). Konseling gizi pada remaja obesitas. *Jurnal Media Kesehatan*, 11(1), 71–101.

- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan antara faktor Keturunan, Jenis Kelamin dan tingkat sosial ekonomi orang tua dengan kejadian obesitas pada mahasiswa di Universitas Malahayati tahun 2020. *Human Care Journal*, 5(4), 891–900.
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis imt (indeks massa tubuh) atlet ukm sepakbola universitas teknokrat indonesia. *SATRIA: Journal of Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis*, 3(1), 9–13.
- Malik, V. S., Willett, W. C., & Hu, F. B. (2013). Global obesity: trends, risk factors and policy implications. *Nature Reviews Endocrinology*, 9(1), 13–27.
- Malin, S. K., Heiston, E. M., Gilbertson, N. M., & Eichner, N. Z. M. (2020). Short-term interval exercise suppresses acylated ghrelin and hunger during caloric restriction in women with obesity. *Physiology & Behavior*, 223, 112978.
- Nadimin, N., Ayumar, A., & Fajarwati, F. (2015). Obesitas pada Orang Dewasa Anggota Keluarga Miskin di Kecamatan Lembang Kabupaten Pinrang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 11(3), 147–153.
- Notoatmodjo. (2010). *Metodelogi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo. (2014). *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nanda, A. A. G. A. (2018). *Hubungan status sosial ekonomi keluarga dengan kegemukan pada remaja SMA di Denpasar*. Di unduh dari: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download>
- Negara, K., Wibawa, A., & Purnawati, S. (2015). Hubungan antara indeks massa tubuh (Imt) kategori overweight dan obesitas dengan keluhan low back pain (Lbp) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 3(1), 15.
- Nurkhopipah, A., Probandari, A. N., & Anantanyu, S. (2017). Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik, dan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa S-1 UNS. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 4(2), 117–124.
- Nuryani, N. (2019). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Gizi Seimbang Pada Remaja. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 3(2), 37–46.
- Peraturan Menteri Kesehatan No 28 Tahun 2019 tentang *Angka Kecukupan Gizi*. Tersedia di: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/138621/permenkes-no-28-tahun-2019> (diakses pada : 20 Februari 2024)
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia dan Asosiasi Dietisien Indonesia (2019). *Penuntun Diet Dan Terapi Diet*. Jakarta: EGC.
- Parapat, R. G. D. V., Melani, V., Wahyuni, Y., Nuzrina, R., & Sitoayu, L. (2021). Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap Dan Perilaku Tentang Visual Gizi Seimbang Antara Dua Generasi Di Gereja Gski Rehobot Kebon Jeruk Jakarta. *Journal of Nutrition College*, 10(2), 120–129.
- Petralina, B., Larasati, E. W., & Lubis, E. (2021). Telehealth Sebagai Determinan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Klien pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 14(1), 69–76.
- Prasetyo, T. J., Amalia, G., Khoiriani, I. N., Hapsari, P. W., & Subardjo, Y. P. (2023). PENGARUH TELE-NUTRITION EDUCATION TERHADAP POLA KONSUMSI PANGAN PADA REMAJA. *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 7(1), 91–106.

- Prawestiningtyas, E., Hamada, M., Aulia, N., Puspitasari, D., Yusuf, V., & Amar, N. (2023). Potensi Implementasi Telemedicine (Telekonsultasi, Telemonitoring, dan Telenutrisi) pada Penyakit Kronis Pasca Pandemi COVID-19 sebagai Upaya Resiliensi Bangsa Indonesia. *Jurnal Klinik Dan Riset Kesehatan*, 2(3), 365–373. <https://doi.org/10.11594/jk-risk.02.3.6>
- Puspitasari, N. (2018). Kejadian obesitas sentral pada usia dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 249–259.
- Putu Sukraniti, D., Taufiqurrahman, T., & Iwan, S. (2018). *PENDIDIKAN GIZI DAN KONSELING*. Jakarta : Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan
- Rajuni, L. O. (2018). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada karyawan kantor dan lapang PT. Vale Indonesia di Sorowako Sulawesi Selatan. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 9-17
- Ranitadewi, I. N., Syauqi, A., & Wijayanti, H. S. (2018). Pengaruh Pemberian Konseling Gizi terhadap Persen Lemak Tubuh Wanita Overweight dan Obesitas Peserta Senam Pilates. *Journal of Nutrition College*, 7(3), 123–132.
- Retnaningsih, R. (2016a). Hubungan pengetahuan dan sikap tentang alat pelindung telinga dengan penggunaannya pada pekerja di PT. X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 1(1), 67–81.
- Retnaningsih, R. (2016b). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG ALAT PELINDUNG TELINGA DENGAN PENGGUNAANNYA PADA PEKERJA DI PT. X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 1(1), 67. <https://doi.org/10.21111/jihoh.v1i1.607>
- Rivera, J., McPherson, A., Hamilton, J., Birken, C., Coons, M., Iyer, S., Agarwal, A., Laloo, C., & Stinson, J. (2016). Mobile apps for weight management: a scoping review. *JMIR MHealth and UHealth*, 4(3), e5115.
- Saintila, J., Salinas Arias, S. A., Calizaya-Milla, Y. E., Dávila Villavicencio, R., Castellanos-Vazquez, A. J., Turpo-Chaparro, J., Pacheco-Espinoza, J. I., Apaéstegui-Huamán, A. K., Huancahuire-Vega, S., & Ruiz Mamani, P. G. (2021). Effectiveness of a Program Based on Telehealth in Nutritional Knowledge and Body Mass Index in Peruvian University Teachers. *Journal of Primary Care and Community Health*, 12. <https://doi.org/10.1177/21501327211023704>
- Seo, Y. G., Lim, H., Kim, Y. M., Ju, Y. S., Choi, Y. J., Lee, H. J., Jang, H. B., Park, S. I., & Park, K. H. (2021). Effects of circuit training or a nutritional intervention on body mass index and other cardiometabolic outcomes in children and adolescents with overweight or obesity. *PLoS ONE*, 16(1 January). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245875>
- Shimada, K., Nishitani-Yokoyma, M., Takahashi, T., & Daida, H. (2020). Physical activity and long-term prognosis in patients with stable coronary artery disease: How often, how intense, and how long? In *European Journal of Preventive Cardiology* (Vol. 27, Issue 4, pp. 422–425). SAGE Publications Sage UK: London, England.
- Sufren, Y. N. (2014). *Belajar Otodidak SPSS Pasti Bisa*. Elex Media Komputindo.
- Suryadinata, R. R., & Sukarno, D. A. (2019). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Risiko Obesitas Pada Usia Dewasa= The Effect Of Physical Activity On The

- Risk Of Obesity In Adulthood. *The Indonesian Journal of Public Health*, 14(1), 106–116.
- WHO (2010). *A healthy lifestyle recommendation*. Tersedia di :<https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/a-healthy-lifestyle---who-recommendations> (diakses pada : 25 Desember 2023)
- WHO (2016). *Obesity and Overweight*. Tersedia di : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> (diakses pada: 20 Januari 2024)
- WHO (2018) *Noncommunicable Disease Country Profiles 2018*. Geneva: World Health Organization.
- WHO (2023). Fact sheet Non-communicable disease. Tersedia di : <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/en/> (diakses pada: 12 Maret 2024).
- Widiantini, W., & Tafal, Z. (2014). Aktivitas fisik, stres, dan obesitas pada pegawai negeri sipil. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 325–329.
- Wood, S., Khong, C. M., Dirlikov, B., & Shem, K. (2022). Nutrition counseling and monitoring via tele-nutrition for healthy diet for people with spinal cord injury: A case series analyses. *Journal of Spinal Cord Medicine*, 45(4), 547–555. <https://doi.org/10.1080/10790268.2021.1871824>
- Wulandari, A. R., Widari, D., & Muniroh, L. (2019). Hubungan asupan energi, stres kerja, aktifitas fisik, dan durasi waktu tidur dengan IMT pada manajer madya Dinas Pemerintah Kota Surabaya. *Amerta Nutr*, 3(1), 40–45.

