

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A., Ningsih, A. P., Gizi, J., & Makassar, P. K. (2024). Hubungan Perilaku Makan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(1), 84–90.
- Afifah, N. L., Muharramah, A., Khairani, M. D., & Abdullah. (2025). Hubungan Asupan Protein, Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U), Kualitas Tidur dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja putri. *Jurnal Gizi Aisyah*, 8(2), 77–91.
- Afifah, N. N., Hardiansyah, A., & Darmuin. (2024). Asupan Lemak, Asupan Serat, Persepsi Body Image dan Status Gizi Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang. *Nutrition Scientific Journal*, 3(1), 8–18.
- Agustini, M. P. A., Yani, M. V. W., Pratiwi, M. S. A., & Yuliyatni, P. C. D. (2021). Hubungan Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 10(9), 60–66.
- Alfani, H., & Nuriannisa, F. (2021). Literature Review : Konsumsi Protein, Zat Besi, dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal Scientific of Mandalika (JSM)*, 3(8), 385–397.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Amalia, L. (2007). Citra Tubuh (Body Image) Remaja Perempuan. *Musawa*, 5(4), 441–464.
- Amir, E. R., Rahman, H., & K, E. P. K. (2023). Hubungan citra Tubuh dengan Status Gizi pada Remaja SMAN 4 Maros Kabupaten Maros. *Window of Public Health Journal*, 4(1), 162–169.
- Andiyati, A. D. (2016). Hubungan Antara Body Image dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Di SMA Negeri 2 Bantul. *Ejournal Bimbingan Dan Konseling*.
- Annisa, Z. D., Lestari, A. P., & Anggraini, D. (2025). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja. *Scientific Journal*, 4(1), 54–62.
- Aprillia, R. N., Nugroho, A., & Hidayanti, A. R. (2024). Uang Saku sebagai Faktor Penentu Status Gizi Siswa di SMP Muhammadiyah 2 Minggir. *Media Gizi Pangan*, 31(2), 174–180.
- Ardian, K. D., Nurulah, M., & Astiani, R. (2024). Edukasi Gizi terkait Berbagai Jenis dan Manfaat dari Karbohidrat untuk Gizi yang Seimbang pada Anak. *Pharmacy Action Journal*, 3(2), 12–18.
- Ardiansyah, M. A., Azzaky, A. H., Syahputra, R. D., Arindratama, T., Senantiasia, D. D., & Fayzan, M. F. (2024). Peran Protein sebagai Sumber Energi Tubuh dalam Menjalani Aktivitas Berolahraga dan Aktivitas Sehari-hari bagi Pelari

- di Kawasan Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Analis*, 3(2), 245–252.
- Asih, O. A. T., & Fatmawati, Z. N. (2025). Hubungan Citra Tubuh dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Ketidakpuasan Bentuk Tubuh pada Remaja. *Academia Open*, 10(2), 6–9. <https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.9548>
- Asna, A. F., Tsani, A. F. A., & Juffrie, M. (2018). Citra Tubuh Negatif Cenderung Menurunkan Asupan Gizi pada Remaja Perempuan. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 01(01), 29–31. <https://doi.org/10.47522/jmk.v1i1.8>
- Azzahra, F., & Anggraini, N. V. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Obesitas pada Anak Usia Sekolah di SDN Grogol 2 Depok. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(3), 239–247.
- Bajzelj, B., Laguzzi, F., & Roos, E. (2021). Review the Role of Fats in the Transition to Sustainable Diets. *Lancet Planet Health*, 5, 644–653. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00194-7](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00194-7)
- Beck, M. (2000). *Ilmu Gizi dan Diet*. Jakarta: Yayasan Essentia Medica.
- Bei, Y. E., Nur, A., & Saleh, A. S. (2025). Habitus Food and Medica Body Image and Macronutrient Intake as Predictors of Chronic Energy Deficiency in Adolescent Girls : A Cross-Sectional Study. *Habitus Food and Medica*, 1(1), 12–17.
- Berliany, A. N. (2021). Hubungan Citra Tubuh dengan Asupan Lemak dan Karbohidrat pada Mahasiswa Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (2004). *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*. New York: Guilford Publications.
- Cash, T. F., & Smolak, L. (2011). *A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. New York: Guilford Press.
- Chandra, F., & Aisah. (2023). Hubungan Sosial Ekonomi Terhadap Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri 11 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 12(1), 188–193.
- Damayanti, D., Rahmayanti, E. I., & Kindang, I. W. (2025). Hubungan Penerimaan Diri terhadap Body Image dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Palu. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 3829–3836.
- Denich, A. U., & Ifdil, I. (2018). Konsep Body Image Remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 3(2), 55.
- Dewi, A. P., Dewanti, R., Muharramah, A., Junita, D. E., Estiningtyas, D., Wati, D. A., Astriana, K., Gizi, M., Puspitasari, A., Nur, R., Ayu, S., Ibrahim, S. Z., Pratiwi, A. E., Febriani, W., & Widyastuti, R. A. (2024). *Metabolisme Energi dan Zat Gizi Makro*. Eureka Media Aksara.
- Fauziah, L. F., Ma'arif, M. Z., & Pamungkas, F. G. (2021). Hubungan citra tubuh

- dan status gizi remaja putr. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 2(1), 68–74.
- Fauziyyah, A., Mustakim, & Sofiany, I. (2021). Pola Makan dan Kebiasaan Olahraga Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(2).
- Gibson, R. S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment*. New York: Oxford University Press.
- Ginting, R. M. S., Iriyani, Wirapuspita, R., & Suryaningsi. (2024). *Zat Gizi Makro*. Jakarta: Pustaka Aksara.
- Grogan, S. (2016). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men , Women, and Children*. New York: Routledge.
- Hafiza, D., Utami, A., & Niriyah, S. (2020). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 332–342.
- Hamdani, D. (2019). Hubungan Citra Tubuh Dan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Remaja Di Sltip Negeri 2 Wungu Madiun. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 1–92. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/643/1/1.pdf>
- Handini, N. P. (2022). Indonesian Journal of Public Health Nutrition (IJPHN) Carbohydrate Intake is Associated with Learning Concentration among High School Students in Jember Regency , East Java Province , Indonesia. *Indonesian Journal of Public Health Nutrition (IJPHN)*, 2(2), 24–35. <https://doi.org/10.7454/ijphn.v2i2.5756>
- Hatussaadah, S. F., Rosalina, E., Studi, P., Gizi, I., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Jambi, B. (2024). *Hubungan Citra Tubuh (Body Image) dengan Status Gizi Remaja di Smart Fast Global Education*. 13(September), 437–444.
- Herawati, V., Rizqi, E. R., & Afrinis, N. (2023). Hubungan Asupan Energi Protein dan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja di Posyandu Remaja Desa Pangkalan Jambi Kecamatan Bukit Batu. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1), 65–77.
- Indonesia, K. K. R. (2020). *Tabel komposisi Pangan Indonesia*.
- Irfani, F. D., & Noerfitri. (2021). Hubungan Body Image dengan Asupan Lemak dan Kebiasaan Berolahraga di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa STIKES Mitra Keluarga Bekasi. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 03(02), 98–104. <https://doi.org/10.47522/jmk.v3i2.84>
- Islamiati, U., Anggi, V., & Insani, N. N. (2024). Edukasi Pemanfaatan Makanan Sumber Protein Terhadap Tumbuh Kembang Anak Di Desa Sejahtera. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 5(1), 588–592.
- Kamal, R., Astawe, I. M. S., Sativa, F. E., & Nurhasanah. (2025). Pengaruh

- Lingkungan Keluarga dalam Menyiapkan Asupan Gizi Anak Usia 5–6 Tahun terhadap Perkembangan Kognitif di Desa Paok Lombok. *Social, Humanities, and Educational Studies*, 8(2), 535–543.
- Karno, D. A., Fitriani, A., & Iswahyudi. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Underweight pada Remaja SMA di Bekasi. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 16(1), 113–123.
- Kemenkes RI. (2019). *Permenkes No.28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesai*.
- Khairani, M., Afrinis, N., & Yusnira. (2021). Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Santri Madrasah Aliyah Darul Qur ' an Tahun 2021. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 5(3), 10985–10991.
- Kusumaatmaja, D. K., Listyani, H., & Zulaekah, S. (2025). Hubungan antara Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Status Gizi pada Remaja Putri di Kota Surakarta. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1).
- Lumenta, M. A., Punuh, M. I., & Sanggelorang, Y. (2024). Gambaran Asupan Energi dan Zat Gizi Makro pada Pemuda dan Remaja Desa Pineleng pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Bios Logos*, 14(1), 65–72.
- Majid, M., Suhera, & Haniarti. (2018). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, Body Image, Asupan Energi, dan Status Gizi pada Mahasiswa Gizi dan Non Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 1(1), 24–33.
- Mawitjere, M. C. L., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Mahasiswa Semester IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 1–11.
- Muliani, U., Sumardilah, D. S., & Lupiana, M. (2023). Asupan Gizi dan Pengetahuan dengan Status Gizi Remaja Putri. *Cendekia Medika : Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 8(1), 35–42.
- Mulyani, H., & Sujarwanta, A. (2018). *Lemak dan Minyak*. Lembaga Penelitian UM Metro.
- Nasution, F., Hermaini, U., Safitri, R. A., Rahma, Q. A., & Hasibuan, M. (2024). Perkembangan Fisik Anak Dan Psikososial Remaja. *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(1), 11–19.
- Ningrum, N. M. C., Susanti, N. L. P. D., & Dewi, K. A. P. (2022). Hubungan Citra Tubuh dengan Pola Makan Remaja Putri di SMK Negeri 2 Sukawati. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 107–111.
- Nisa, K., & Sari, R. K. (2025). Hubungan Aktivitas Fisik, Pola Makan, dan Kecukupan Energi dengan Kejadian Gizi Lebih. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 13267–13280.

- Nisa, N. C., & Rakhma, L. R. (2019). Hubungan Persepsi Body Image dengan Asupan Lemak dan Komposisi Lemak Tubuh pada Siswi di MAN 2 Surakarta. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia*, 8(1), 1–13.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurbaiti, K., Marjan, A. Q., Maryusman, T., & Octaria, Y. C. (2023). Hubungan Asupan Energi , Preferensi Makan , Pengaruh Teman Sebaya , dan Pendidikan Orang Tua dengan Kejadian Gizi Lebih Remaja di Depok Relationship between Energy Intake , Food Preferences , Peer Influence , and Parental Education with the Incidence of O. *Amerta Nutrition*, 7(2), 31–38. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.31-38>
- Nursani, Amaliah, R., Indriani, Ramadani, D., Lestari, R. H., Amaliah, D. D., Parawansyah, A., Juanda, Tahyul, & Wangsa, M. A. (2023). PKM Pentingnya Konsumsi Protein Hewani bai Anak Usia Dini di SD Inpres 12/79 Lonrae Kec. Tanete Riattang Timur Kab. Bone. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(7), 1667–1672.
- Odelia, N., Ernawati, S., Musslifah, A. R., Psikologi, P. S., Sosial, F., Dan, H., & Sahid, U. (2025). Gambaran Ketidakpuasan Tubuh pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP Negeri 2 Sragen. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 135–143.
- Pastore, M., Indrio, F., Bali, D., Vural, M., & Giardino, I. (2023). Alarming Increase of Eating Disorders in Children and Adolescents. *The Journal of Pediatrics*, 263, 113733. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2023.113733>
- Permatasari, E. D., Muryani, S., & Wahyuningsih, E. (2023). Hubungan Citra Tubuh dengan Pola Diet pada Remaja Putri di Desa Kabunan. *Minor: Midwifery and Nursing Journal*, 1(1), 30–36.
- Pojoh, A. R., Malonda, N. S. H., & Punuh, M. I. (2023). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro pada Remaja Putri di Kelurahan Paslaten Kecamatan Tomohon Timur Kota Tomohon. *Jurnal Lentera Sehat Indonesia*, 2(1), 1–6.
- Prasastiningrum, D. (2021). Pengaruh Konformitas Teman Sebaya terhadap Body Image. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 7(7), 339–349.
- Prihatini, M. S., Probawati, R., Ratnawati, M., & Pawiono. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh Remaja. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 11(1), 50–57.
- Purnomo, H., Agustin, E. A., Priliana, W. K., Robert, D., Citrawati, N. K., Yanti, R. D., Hesty, & Yufdel. (2024). *Psikologi Remaja dan Permasalahannya*. PT Media Pustaka Indo.
- Rahayu, D., Ulia, N. S. N., Mulyani, S., & Erowati, D. (2025). Hubungan Asupan Energi dan Asupan Zat Gizi Makro Terhadap Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 11(2), 290–299.

- Rahmayanti, A., Petrika, Y., & Jaladri, I. (2024). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi pada Remaja di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang. *Media Gizi Khatulistiwa*, 1(2), 36–41.
- Rarastiti, C. N. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indonesia Journal of Nutrition Science and Food*, 2(1), 30–34.
- Rejeki, S., Faradilla, R. F., Elvira, I., & Nadila. (2024). Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, dan Serat dari Pangan Pokok di Wilayah Non Pertanian di Kota Baubau 2022. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 11(1), 35–41.
- Reynolds, A., Mann, J., Cummings, J., Winter, N., Mete, E., & Morenga, L. Te. (2019). Carbohydrate Quality and Human Health : A Series of Systematic Reviews and Meta-analyses. *The Lancet*, 393, 434–445. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31809-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31809-9)
- RI, K. K. (2023). Laporan SKI 2023 Dalam Angka Revisi. In *Kota Bukittinggi Dalam Angka* (pp. 1–68).
- Rokhmah, F., Muniroh, L., & Nindya, T. (2016a). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 94–100.
- Rokhmah, F., Muniroh, L., & Nindya, T. S. (2016b). Hubungan Tingkat Kecukupan energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswi SMA di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 94–100.
- Safitri, A., Aulya, F., Marfuah, R., & Wahyuningsih, R. A. (2025). Konsep Dasar Metabolisme Tubuh, Metabolisme Karbohidrat, Protein, Lemak, Mineral, Elektrolit dan Vitamin. *Journal of Literature Review*, 1(2), 683–687.
- Salsabila, H. H., Sberartiata, A. S., & Ciptanurani, C. (2025). Hubungan asupan lemak dengan status gizi remaja putri di MA Muallimaat Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(22), 209–219.
- Santika, I. G. P. N. A. (2024). Pengukuran Tingkat Kadar Lemak Tubuh Melalui Jogging Selama 30 Menit Mahasiswa Putra Semester IV FPOK IKIP PGRI Bali. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(2), 89–98.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.
- Schutz, Y. (2018). Protein Turnover, Ureagenesis and Gluconeogenesis. *Int. J. Vitam. Nutr.*, 81(2), 101–107. <https://doi.org/10.1024/0300>
- Setiyaningrum, Z. (2021). Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di Pondok Pesantren Firdaus. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 3(01), 1–8.
- Spano, S. (2004). *Stages of Adolescent Development*.
- Sugiar, I. E., & Dieny, F. F. (2018). Hubungan Body Image denga Asupan Energi

- dan Protein serta Perilaku Konsumsi Suplemen pada Mahasiswa di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 7(1), 3–10.
- Sukamto. (2021). Edukasi masyarakat hidup bahagia dengan citra tubuh yang positif. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 101–106.
- Supriasa, I. D. N. (2016). *Penilaian Status Gizi Edisi 2*. Jakarta: Penerbit Kedokteran Egc.
- Suryandari, B. D., & Widyastuti, N. (2015). Hubungan Asupan Protein dengan Obesitas pada Remaja. *Journal of Nutrition College*, 4(2), 492–498.
- Sutrawanti, L., Wulansari, A., & Jeki, A. G. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 2 Kota Jambi Tahun 2024. *Seminar Kesehatan Nasional*, 3, 243–251.
- Telisa, I., & Eliza. (2020). Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Besi, Kadar Haemoglobin dan Risiko Kurang Energi Kronis pada Remaja Putri. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), 80–86.
- Wahyuni, Y., Hanifah, S., Permata, S. I., Rosya, E., Nurhayati, E., & Sari, W. (2020). Analisis Perbedaan Asupan Zat Gizi Berdasarkan Status Gizi dan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Gatra Desa Kohod Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 152–171.
- Wangu, E. W., Widjayanti, Y., & Silalahi, V. (2023). Citra Tubuh (Body Image) dan Perilaku Makan pada Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 13(1), 7–14.
- Wati, D. K., & Sumarmi, S. (2017). Body Image Among Overweight and Non overweight Adolescent Girls : A Cross Sectional Study. *Amerta Nutrition*, 1(3), 398–405.
- Winarti, C., Widaningrum, Widayanti, S. M., Setyawan, N., Qanytah, Juniawati, Suryana, E. A., & Widowati, S. (2023). Nutrient Composition of Indonesian Specialty Cereals: Rice, Corn, and Sorghum as Alternatives to Combat Malnutrition. *Preventive Nutrition and Food Science*, 28(4), 471–482.
- Yunianto, A. E., Lusiana, S. A., Triatmaja, N. T., Suryana, Utami, N., Yunieswati, W., Rosmauli, W. I. F. N., Fitriani, J., Argaheni, N. B., Puspa, F. F. A. R., Atmaka, D. R., & Lubis, A. (2021). *Ilmu Gizi Dasar*. Yayasan Kita Menulis.
- Zahrah, A., & Muniroh, L. (2020). Body Image Mahasiswa Gizi serta Kaitannya dengan Asupan Energi dan Status Gizi. *Media Gizi Indonesia*, 15(2), 66–72.