

**PENGARUH KEBIASAAN SARAPAN DAN POLA KONSUMSI PANGAN
TERHADAP STATUS GIZI SANTRI
PESANTREN MODERN AL-AMANAH JUNWANGI KRIAN SIDOARJO**

SKRIPSI

Program Strata (S1) Gizi



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Wildan Maulana

11040222060

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : WILDAN MAULANA

NIM : 11040222060

Program Studi : Gizi

Angkatan : 2022

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul "HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN DAN POLA KONSUMSI PANGAN DENGAN STATUS GIZI SANTRI PESANTREN MODERN AL-AMANAH JUNWANGI KRIAN SIDOARJO", Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 22 Mei 2026



WILDAN MAULANA

NIM. 11040222060

LEMBAR PENGESAHAN SEMINAR HASIL

SKRIPSI

**PENGARUH KEBIASAAN SARAPAN DAN POLA KONSUMSI PANGAN
TERHADAP STATUS GIZI SANTRI**

PESANTREN MODERN AL-AMANAH JUNWANGI KRIAN SIDOARJO

Diajukan oleh:

Wildan Maulana

NIM. 11040222060

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Seminar Skripsi

Surabaya, 13 Mei 2026

Pembimbing I,



Dr. Romyun Alvy Khoiriyah, M.Si

NIP. 198306272014032001

Pembimbing II,



Mei Lina Fitri Kumalasari, M.Kes

NIP. 198805182014032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH KEBIASAAN SARAPAN DAN POLA KONSUMSI PANGAN
TERHADAP STATUS GIZI SANTRI PESANTREN MODERN
AL-AMANAH JUNWANGI KRIAN SIDOARJO**

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi Wildan Maulana ini telah dipertahankan di depan tim penguji skripsi
di Surabaya, 5 Juni 2026

Mengesahkan,
Dewan Penguji

Penguji I,



Dr. Romyun Alvy Khoiriyah, M.Si
NIP. 198306272014032001

Penguji II,



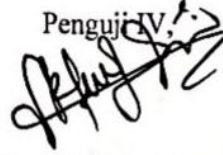
Mei Lina Fitri Kumalasari, SST., M.Kes
NIP. 198805182014032002

Penguji III,



Widya Nilandita, M.KL
NIP. 198410072014032002

Penguji IV,



Saiku Rokhim, M.KKK
NIP. 198612212014031001



Mengetahui,
Plh. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Sunan Ampel Surabaya


Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Wildan Maulana
NIM : 11040222060
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Gizi
E-mail address : wmaulana990@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

.....
Pengaruh Kebiasaan Sarapan Dan Pola Konsumsi Pangan Terhadap Status Gizi Santri Pesantren Modern Al-
Amanah Junwangi Krian Sidoarjo
.....

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 29 Juni 2026

Penulis



(Wildan Maulana)

ABSTRAK

Masalah gizi ganda pada remaja di lingkungan pesantren masih menjadi tantangan serius, di mana kebiasaan sarapan dan pola konsumsi pangan merupakan faktor penting yang memengaruhi status gizi santri. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh kebiasaan sarapan dan pola konsumsi pangan terhadap status gizi santri Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi Krian Sidoarjo secara parsial dan simultan. Desain penelitian cross-sectional dengan 102 sampel dipilih melalui proportionate stratified random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kebiasaan sarapan, SQ-FFQ, dan pengukuran antropometri IMT/U, dianalisis dengan Uji Korelasi Rank Spearman dan Ordinal Logistic Regression. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas santri memiliki kebiasaan sarapan kurang (50,0%), pola konsumsi pangan tinggi (61,8%), dan status gizi normal (53,9%), kurus (36,3%), serta overweight (9,8%). Terdapat pengaruh positif signifikan antara kebiasaan sarapan terhadap status gizi ($r = 0,683$; $p = 0,000$), namun tidak terdapat pengaruh signifikan antara pola konsumsi pangan terhadap status gizi ($r = 0,051$; $p = 0,613$). Secara simultan, keduanya berpengaruh signifikan terhadap status gizi (Chi-Square = 82,900; $p = 0,000$; Nagelkerke $R^2 = 0,659$). Pesantren disarankan mengintegrasikan sarapan ke sistem dapur terpusat untuk pemerataan akses gizi seluruh santri.

Kata Kunci: Kebiasaan Sarapan, Pola Konsumsi Pangan, Status Gizi, Santri, Pesantren

ABSTRACT

The double burden of malnutrition among adolescents in Islamic boarding schools remains a serious concern, where breakfast habits and dietary consumption patterns are important factors influencing the nutritional status of santri. This study aimed to analyze the influence of breakfast habits and dietary consumption patterns on nutritional status of santri at Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi Krian Sidoarjo, both partially and simultaneously. A cross-sectional design was used with 102 samples selected by proportionate stratified random sampling. Data were collected using a breakfast habit questionnaire, SQ-FFQ, and anthropometric measurements (BMI-for-age), analyzed using Spearman Rank Correlation and Ordinal Logistic Regression. The results showed that most santri had poor breakfast habits (50.0%), high dietary diversity (61.8%), and normal nutritional status (53.9%), underweight (36.3%), and overweight (9.8%). There was a significant positive influence of breakfast habits on nutritional status ($r = 0.683$; $p = 0.000$), while no significant influence was found between dietary consumption patterns and nutritional status ($r = 0.051$; $p = 0.613$). Simultaneously, both variables significantly influenced nutritional status ($\text{Chi-Square} = 82.900$; $p = 0.000$; Nagelkerke $R^2 = 0.659$). Pesantren are recommended to integrate breakfast into the centralized kitchen system to ensure equitable nutritional access for all santri.

Keywords: *Breakfast Habits, Dietary Consumption Patterns, Nutritional Status, Santri, Islamic Boarding School*

DAFTAR ISI

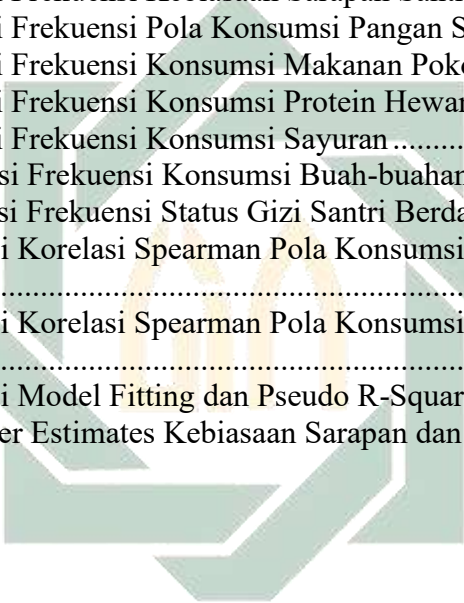
LEMBAR PENGESAHAN SEMINAR HASIL.....	iii
HALAMAN PENYERTAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
BAB PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Kerangka Teori.....	16
B. Kerangka Konsep Penelitian.....	18
C. Hipotesis.....	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian.....	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
C. Populasi dan Sampel	20
D. Variabel Penelitian	23
E. Definisi Operasional.....	24
F. Prosedur Penelitian.....	26
G. Analisis Data	36
H. Hipotesis Statistik	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil Penelitian	39
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39

2. Karakteristik Responden	43
3. Analisis Univariat.....	45
4. Analisis Bivariat.....	49
5. Analisis Multivariat.....	52
B. Pembahasan.....	53
1. Pengaruh Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi Santri	53
2. Pengaruh Pola Konsumsi Pangan dengan Status Gizi Santri.....	61
3. Pengaruh Kebiasaan Sarapan dan Pola Konsumsi Pangan terhadap Status Gizi Santri secara Simultan	67
BAB V PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	84

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Table 1. Keaslian Penelitian	11
Table 2. Kategori Status Gizi	15
Table 3. Definisi Operasional.....	24
Table 4.1 Distribusi Jumlah Santri Berdasarkan Jenjang Pendidikan.....	40
Table 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Table 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	44
Table 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	44
Table 4.5 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Santri	45
Table 4.6 Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Pangan Santri.....	45
Table 4.7 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Pokok (Sereal & Umbi)	46
Table 4.8 Distribusi Frekuensi Konsumsi Protein Hewani dan Nabati.....	47
Table 4.9 Distribusi Frekuensi Konsumsi Sayuran.....	48
Table 4.10 Distribusi Frekuensi Konsumsi Buah-buahan.....	48
Table 4.11 Distribusi Frekuensi Status Gizi Santri Berdasarkan IMT/U	49
Table 4.13 Hasil Uji Korelasi Spearman Pola Konsumsi Pangan dengan Status Gizi.....	50
Table 4.14 Hasil Uji Korelasi Spearman Pola Konsumsi Pangan dengan Kebiasaan Sarapan.....	51
Table 4.15 Hasil Uji Model Fitting dan Pseudo R-Square.....	52
Table 4.16 Parameter Estimates Kebiasaan Sarapan dan Pola Konsumsi Pangan.....	52


 UIN SUNAN AMPEL
 S U R A B A Y A

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori.....	16
Bagan 2. Kerangka Konsep.....	18



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Prima Dewi, A., Muharramah, A., & Rica Pratiwi, A. (2022). Gambaran Status Gizi dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(1), 6–12. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i1.413>
- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2016). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana.
- Al Huwaidy, A., Zuraida, R., & Febriani, W. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi Siswa: Literature Review. *Medula*, 14(10), 1953–1958. <https://www.journalofmedula.com/index.php/medula/article/download/1408/1039>
- Angesti, A. N., & Manikam, R. M. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 1–15. <https://doi.org/10.37012/jik.v12i1.135>
- Annisa, F., & Utami, I. T. (2024a). Dampak Kebiasaan Sarapan Terhadap Gizi Lebih Dan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(1), 114–121. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/download/2329/1538>
- Annisa, F., & Utami, I. T. (2024b). Dampak Kebiasaan Sarapan Terhadap Gizi Lebih Dan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(1), 114–121. <http://dx.doi.org/10.30633/jsm.v7i1.2329>
- Antika, P., & Werdiharini, A. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Makan Jajan dengan Status Gizi Siswa SDN Tegal Gede 02 Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 5(1).
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 31–35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Ayu Antika, P. M., & Endah, A. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Makan Jajan dengan Status Gizi Siswa SDN Tegal Gede 02 Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 5(1).
- Basuki, U., Abdullah, & Akhriani, M. (2023a). Analisis Asupan Gizi dan Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Darul Huffaz Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(2), 78–82. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i2.769>
- Basuki, U., Abdullah, & Akhriani, M. (2023b). Analisis Asupan Gizi dan Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Darul Huffaz Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(2), 78–82. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i2.769>
- Berliani, H., Desmawati, D., & Utama, B. I. (2023). *Peran Kadar Hormon Estrogen pada Perempuan Obesitas Sebagai Faktor Terganggunya Siklus Menstruasi*.
- BKKBN RI. (2015). *Pedoman Pelaksanaan Program Generasi Berencana (GenRe)*. BKKBN. <https://www.bkkbn.go.id/>
- BPN. (2023). *Statistik Konsumsi Pangan Tahun 2023*. Badan Pangan Nasional.

- Desfita, S., Azzahra, M., Zulriyanti, N., & Nanda, M. (2024). Pengukuran Status Gizi pada Siswa SMPN 48 Kota Pekanbaru dengan Menggunakan Indeks IMT/U dan Rasio Lingkar Pinggang terhadap Tinggi Badan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 4(2). <https://doi.org/10.25311/jpkk.Vol4.Iss2.1887>
- Dhanti, M., Ibnu, I. N., & Reskiaddin, L. O. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Kebiasaan Sarapan, Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMP Negeri 24 Kota Jambi Tahun 2021. *Jurnal Kesmas Jambi*, 6(2), 17–25. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v6i2.19731>
- FAO. (2023a). *Dietary Assessment – Food Frequency Questionnaire*. Food and Agriculture Organization of the United Nations. https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/3dc75cfc-9128-4f29-9d76-8d1f792078f0/content?utm_source
- FAO. (2023b). *School-based food and nutrition education*. FAO. <https://www.fao.org/school-food/en/>
- Hanim, B., Ingelia, I., & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(1), 28. <https://doi.org/10.33490/b.v3i1.570>
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriya, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>
- Hardiansyah, R., Mutiara, H., Islami, S., & Susianti, S. (2024). Hubungan Infeksi Parasit Usus Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Indonesia: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 11922–11935. <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.37832>
- Hardinsyah, & Supariasa. (2017). *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. EGC.
- Hasan, N. H., & Thaiyeb, M. (2025). *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peserta Didik Sman 22 Makassar*. 10.
- Hekmah, N., Nisa, A., Fathullah, D. M., & Fajrina, N. (2023). Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Remaja di SMA IT Ar-Rahman Banjarbaru. *Jurnal Rakat Sehat: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 72–79. <https://doi.org/10.31964/jrs.v2i2.15>
- Herlina, Virgia, & Wardani. (2023). Hubungan Antara Body Image dan Jenis Kelamin Terhadap Pola Makan pada Remaja. *Jurnal Enfermeria Ciencia*, 1(1), 1–13.
- Humaira, S., Agusanti, S. F., Mulyanita, M., & Dewintha, R. (2022). Gambaran Sistem Penyelenggaraan Makanan Di Pondok Pesantren Al-Fatah Singkawang. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 5(2), 229. <https://doi.org/10.30602/pnj.v5i2.1038>
- Irdiana, W., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Siswi SMAN 3 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 227–235. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i3.2017.227-235>
- Kemenkes RI. (2014a). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Kementerian Kesehatan RI.

- <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/120351/permenkes-no-25-tahun-2014>
- Kemenkes RI. (2014b). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://peraturan.bpk.go.id/Download/109856/Permenkes%20Nomor%2041%20Tahun%202014.pdf?utm_source
- Kemenkes RI. (2014c). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://peraturan.bpk.go.id/Download/109856/Permenkes%20Nomor%2041%20Tahun%202014.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Kemenkes RI. (2019a). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://labmandat.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Kemenkes RI. (2019b). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/123355/permenkes-no-28-tahun-2019>
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Nasional*.
- Kemenkes RI. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf?utm_source
- Kemenkes RI. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2024?utm_source
- Kemenkes RI 2025. (n.d.). *Survei Status Gizi Indonesia 2024 Dalam Angka*. Retrieved <https://stunting.go.id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-jadi-198-capai-angka-di-bawah-proyeksi-bappenas/>
- Khomsan, A. (2010). *Pangan dan gizi untuk kesehatan* (3rd ed.). Raja Grafindo Persada.
- Khusniyati, E., Sari, A. K., & Ro'ifah, I. (2015a). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto*.
- Khusniyati, E., Sari, A. K., & Ro'ifah, I. (2015b). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto*.
- Kirana, N. S., Rochmawati, D. H., & Susanto, W. (2025). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa*. 7(1).
- Lalu, N. A. S., Nengrum, E. I., Kadir, S., & Hadju, V. A. (2023). *Analisis Perbandingan Status Gizi Antara Yang Tinggal di Rumah dengan Kos-Kosan Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Gorontalo*. 2(1).

- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang Gizi terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 65–69. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3439>
- Mastuti, D. N. R., Ristanti, I. K., & Marfuah, D. (2025). *Buku ajar sistem penyelenggaraan makanan institusi dasar*. PT Nuansa Fajar Cemerlang (Optimal).
- Nalle, T. A., Takaeb, A. E. L., & Boeky, D. L. A. (2022). Factors Related to Nutritional Status in FKM Undana Students Class of 2017. *Pancasakti Journal Of Public Health Science And Research*, 2(3), 138–145. <https://doi.org/10.47650/pjphsr.v2i3.458>
- Nasution, Azzahra, Hani, Annisa, & Sidabalok. (2025). Analisis Gaya Hidup Tidak Sehat Pada Mahasiswa FKM UIN Sumatera Utara: Potensi dan Hambatan dalam Mewujudkan Perilaku Hidup Sehat. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 4(1), 600–608.
- Ningsih, A. C., Hisan, F. K., Syahada, N. A., Fadhilah, N. F., Dewi, S. K., Nurjanah, S., Kep, S., & Kep, M. (2024). *Status Gizi pada Mahasiswa Keperawatan Politeknik Negeri Indramayu*. 3.
- Oktavia, A., Sukanto, E., & Pangestu, R. (2025). Hubungan Tingkat Konsumsi Dengan Status Gizi Santri Di Pondok Pesantren Nabil Husein Samarinda. *Indonesian Food and Nutrition Research Journal*, 1(1), 9–17.
- Parewasi, D. F. R., Indriasari, R., Hidayanty, H., Hadju, V., & Battung, M. (2021). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Pesantren Darul Aman Gombara. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 10(1). <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/18508/7507>
- Pradnya Kesuma, N. P., Mahfida, S. L., Nugroho, A., & Nuraini, N. (2025). Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di Smp Muhammadiyah 2 Minggir. *Darussalam Nutrition Journal*, 9(1), 99–109. <https://doi.org/10.21111/dnj.v9i1.14269>
- Purwanti, A. D., & Marlina, Y. (2022). Gambaran Persepsi Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Perilaku Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 257–267. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1075>
- Purwanti, E., Winarti, E., Haryuni, S., & Lufiana, Y. (2024). Analisis Faktor Kejadian TBC Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan TB Paru Dengan Pendekatan Teori Lawrence Green Analysis Of Tb Incidence Factors Related To Pulmonary TB Prevention behavior Using Lawrence Greens Theoretical Approach. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 5(2).
- Purwanti, S., & Shoufiah, R. (2017a). *Kebiasaan Sarapan Pagi Mempengaruhi Status Gizi Remaja*.
- Purwanti, S., & Shoufiah, R. (2017b). *Kebiasaan Sarapan Pagi Mempengaruhi Status Gizi Remaja*.
- Puspitasari, D. I., & Rahmani, A. (2018). Gambaran Kebiasaan Sarapan Dan Status Gizi Mahasiswa Gizi Dan Non-Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 1(2).

- Putri, D. K., Fevria, R., Humaira, A. F., & Suryani, E. (2024). *Pola Konsumsi Pangan dan Hubungan Status Gizi pada Mahasiswa: Studi Literatur*.
- Rachmawati, & Nindya. (2017). Hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar di Surabaya. *Amerta Nutrition*, 1(1), 36–45. <https://ejournal.unair.ac.id/AmertaNutrition/article/download/3177/2378>
- Rahman, J., Fatmawati, I., Syah, Muh. N. H., & Sufyan, D. L. (2021a). Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rahman, J., Fatmawati, I., Syah, Muh. N. H., & Sufyan, D. L. (2021b). Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rahmiwati, A., Wulandari, M. M. S., Sari, I. P., & Etrawati, F. (2025). Hubungan asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik terhadap status gizi mahasiswa Universitas Sriwijaya: Studi cross-sectional. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 6(2), 269. <https://doi.org/10.30867/gikes.v6i2.2272>
- Rani Riwu, Utma Aspatia, & Rut Rosina Riwu. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 6 Kupang. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 40–48. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.2626>
- Ratnasari, D. (2025). Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SD N Pulosari 2 Brebes. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*, 7(01), 6–14. <http://jurnal.umus.ac.id/index.php/jigks>
- Ratumanan, S. P., & Khairani, A. F. (2023). *HIJP : HEALTH INFORMATION JURNAL PENELITIAN*. 15.
- Rokhmah, F., Muniroh, L., & Nindya, T. S. (2017). 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. <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i1.94-100>
- Rosida, H., & Adi, A. C. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Tingkat Kecukupan Energi, Karbohidrat, Protein Dan Lemak Dengan Status Gizi Pada Siswa Pondok Pesantren Al-Fattah Buduran, Sidoarjo. *Media Gizi Indonesia*, 116-122, 12(2).
- Salsabila, H. H., Syagata, A. S., & Ciptanurani, C. (2025). *Hubungan asupan lemak dengan status gizi remaja putri di MA Muallimaat Yogyakarta*. 3.
- Sartika, W., Herlina, S., Qomariah, S., & Juwita, S. (2021). *TEMAN SEBAYA Berpengaruh Terhadap Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja Di Era Pandemi Covid 19*. 1.
- Sholichin, Hizni, A., Yuhandini, D. S., Vimala, D., Kerti, A. L., Rahma, D. A., Septianto, I., Asrulhaimi, M., \Syamrch, N. S., & Fahira, R. P. (2026). *Evaluasi gizi menu terhadap kecukupan gizi santri di pondok pesantren* (Cetakan Pertama). Eureka Media Aksara.
- Sirajuddin, Surmita, & Jafar. (2018). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Masagena Press.
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

- Story, M., Kaphingst, K. M., Robinson-O'Brien, R., & Glanz, K. (2008). Creating Healthy Food and Eating Environments: Policy and Environmental Approaches. *Annual Review of Public Health*, 29(1), 253–272. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.29.020907.090926>
- Susetyowati. (2017). *Gizi dalam daur kehidupan*. Gadjah Mada University Press.
- 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. *PROSIDING Seminar Kesehatan Nasional*, 3.
- Syafiuddin, A., Putri, E. B. P., & Salim, H. M. (2024). Pelayanan Gizi dan Analisis Keragaman Pangan Santri Remaja di Pondok Pesantren Babussalam, Pamekasan, Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 1789–1793. <https://doi.org/10.31949/jb.v5i2.9087>
- Syamsopyan Ishak, Suherman Rate, Afiska Prima Dewi, Ritma Dewanti, & Hernianti Herman. (2024). Pengaruh Budaya Makan terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 3(2), 219–226. <https://doi.org/10.55606/jig.v3i2.4942>
- UNICEF. (1998). *The State of the World's Children 1998*. Oxford University Press.
- Universitas Binawan. (2021). *Modul Penilaian Konsumsi Pangan (Edisi 2)* (2nd ed.). Universitas Binawan. https://repository.binawan.ac.id/1680/1/Penilaian%20Konsumsi%20Pangan_Adhila_budi-compressed.pdf?utm_source
- Veri, N., Mahyuni, H., As, E., Reyhan, & Henniwati. (2025). Status gizi berdasarkan indeks massa tubuh pada remaja putri di SMKN 3 Kota Langsa. *Femina Jurnal Kebidanan*.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024a). Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi. *PROSIDING Seminar Kesehatan Nasional*, 3.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024b). *Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi*. 3.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024c). *Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi*. 3. <https://prosiding.ubr.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/download/247/153>
- WHO. (2021). *WHO guideline on school health services*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240029392>
- WHO. (2023a). *Malnutrition*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- WHO. (2023b). *Total fat intake for the prevention of unhealthy weight gain in adults and children: WHO guideline*. World Health Organization. https://iris.who.int/handle/10665/370421?utm_source=chatgpt.com
- WHO. (2024). *Results report 2024 and Financial report and audited financial statements for the year ended 31 December 2024 – Results report 2024 (Programme budget 2024–2025: Performance assessment)*.
- Zawiyah, A., Mariani, & Rusilanti. (2023). Hubungan Uang Saku Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Program Studi Tata Boga Fakultas Teknik

- Universitas Negeri Jakarta. *Journal of Comprehensive Science*, 2, 1328–1337.
- Abdullah, Prima Dewi, A., Muharramah, A., & Rica Pratiwi, A. (2022). Gambaran Status Gizi dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(1), 6–12. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i1.413>
- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2016). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana.
- Al Huwaidy, A., Zuraida, R., & Febriani, W. (2024). Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi Siswa: Literature Review. *Medula*, 14(10), 1953–1958. <https://www.journalofmedula.com/index.php/medula/article/download/1408/1039>
- Angesti, A. N., & Manikam, R. M. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Fakultas Kesehatan Universitas MH. Thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 1–15. <https://doi.org/10.37012/jik.v12i1.135>
- Annisa, F., & Utami, I. T. (2024a). Dampak Kebiasaan Sarapan Terhadap Gizi Lebih Dan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(1), 114–121. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/download/2329/1538>
- Annisa, F., & Utami, I. T. (2024b). Dampak Kebiasaan Sarapan Terhadap Gizi Lebih Dan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(1), 114–121. <http://dx.doi.org/10.30633/jsm.v7i1.2329>
- Antika, P., & Werdiharini, A. (2023). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Makan Jajan dengan Status Gizi Siswa SDN Tegal Gede 02 Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 5(1).
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 31–35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Basuki, U., Abdullah, & Akhriani, M. (2023a). Analisis Asupan Gizi dan Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Darul Huffaz Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(2), 78–82. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i2.769>
- Basuki, U., Abdullah, & Akhriani, M. (2023b). Analisis Asupan Gizi dan Status Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Darul Huffaz Lampung. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(2), 78–82. <https://doi.org/10.30604/jnf.v5i2.769>
- Berliani, H., Desmawati, D., & Utama, B. I. (2023). *Peran Kadar Hormon Estrogen pada Perempuan Obesitas Sebagai Faktor Terganggunya Siklus Menstruasi*.
- BKKBN RI. (2015). *Pedoman Pelaksanaan Program Generasi Berencana (GenRe)*. BKKBN. <https://www.bkkbn.go.id/>
- BPN. (2023). *Statistik Konsumsi Pangan Tahun 2023*. Badan Pangan Nasional.
- Desfita, S., Azzahra, M., Zulriyanti, N., & Nanda, M. (2024). Pengukuran Status Gizi pada Siswa SMPN 48 Kota Pekanbaru dengan Menggunakan Indeks IMT/U dan Rasio Lingkar Pinggang terhadap Tinggi Badan. *Jurnal*

- Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 4(2).
<https://doi.org/10.25311/jpkk.Vol4.Iss2.1887>
- FAO. (2023a). *Dietary Assessment – Food Frequency Questionnaire*. Food and Agriculture Organization of the United Nations.
https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/3dc75cfc-9128-4f29-9d76-8d1f792078f0/content?utm_source
- FAO. (2023b). *School-based food and nutrition education*. FAO.
<https://www.fao.org/school-food/en/>
- Hanim, B., Ingelia, I., & Ariyani, D. (2022). Kebiasaan Sarapan Pagi dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 3(1), 28.
<https://doi.org/10.33490/b.v3i1.570>
- Hardiansyah, R., Mutiara, H., Islami, S., & Susianti, S. (2024). Hubungan Infeksi Parasit Usus Dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Indonesia: Sebuah Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(4), 11922–11935.
<https://doi.org/10.31004/jkt.v5i4.37832>
- Hardinsyah, & Supariasa. (2017). *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. EGC.
- Hasan, N. H., & Thaiyeb, M. (2025). *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Peserta Didik Sman 22 Makassar*. 10.
- Herlina, Virgia, & Wardani. (2023). Hubungan Antara Body Image dan Jenis Kelamin Terhadap Pola Makan pada Remaja. *Jurnal Enfermeria Ciencia*, 1(1), 1–13.
- Irdiana, W., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Siswi SMAN 3 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 227–235. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1.i3.2017.227-235>
- Kemenkes RI. (2014a). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Kementerian Kesehatan RI.
<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/120351/permenkes-no-25-tahun-2014>
- Kemenkes RI. (2014b). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
https://peraturan.bpk.go.id/Download/109856/Permenkes%20Nomor%2041%20Tahun%202014.pdf?utm_source
- Kemenkes RI. (2014c). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
https://peraturan.bpk.go.id/Download/109856/Permenkes%20Nomor%2041%20Tahun%202014.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Kemenkes RI. (2019a). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
https://labmandat.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Kemenkes RI. (2019b). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/123355/permenkes-no-28-tahun-2019>
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Nasional*.
- Kemenkes RI. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172231123666a86244b83fd8.51637104.pdf?utm_source
- Kemenkes RI. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2024?utm_source
- Kemenkes RI 2025. (n.d.). *Survei Status Gizi Indonesia 2024 Dalam Angka*. Retrieved <https://stunting.go.id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-jadi-198-capai-angka-di-bawah-proyeksi-bappenas/>
- Khomsan, A. (2010). *Pangan dan gizi untuk kesehatan* (3rd ed.). Raja Grafindo Persada.
- Khusniyati, E., Sari, A. K., & Ro'ifah, I. (2015a). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto*.
- Khusniyati, E., Sari, A. K., & Ro'ifah, I. (2015b). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan dengan Status Gizi Santri Pondok Pesantren Roudlatul Hidayah Desa Pakis Kecamatan Trowulan Kabupaten Mojokerto*.
- Kirana, N. S., Rochmawati, D. H., & Susanto, W. (2025). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa*. 7(1).
- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang Gizi terhadap Status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 65–69. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3439>
- Nalle, T. A., Takaeb, A. E. L., & Boeky, D. L. A. (2022). Factors Related to Nutritional Status in FKM Undana Students Class of 2017. *Pancasakti Journal Of Public Health Science And Research*, 2(3), 138–145. <https://doi.org/10.47650/pjphsr.v2i3.458>
- Nasution, Azzahra, Hani, Annisa, & Sidabalok. (2025). Analisis Gaya Hidup Tidak Sehat Pada Mahasiswa FKM UIN Sumatera Utara: Potensi dan Hambatan dalam Mewujudkan Perilaku Hidup Sehat. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 4(1), 600–608.
- Ningsih, A. C., Hisan, F. K., Syahada, N. A., Fadhillah, N. F., Dewi, S. K., Nurjanah, S., Kep, S., & Kep, M. (2024). *Status Gizi pada Mahasiswa Keperawatan Politeknik Negeri Indramayu*. 3.
- Parewasi, D. F. R., Indriasari, R., Hidayanty, H., Hadju, V., & Battung, M. (2021). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Pesantren Darul Aman Gombara. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 10(1). <https://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/18508/7507>
- Pradnya Kesuma, N. P., Mahfida, S. L., Nugroho, A., & Nuraini, N. (2025). Hubungan Kebiasaan Sarapan Dengan Status Gizi Pada Siswa Di Smp Muhammadiyah 2 Minggir. *Darussalam Nutrition Journal*, 9(1), 99–109. <https://doi.org/10.21111/dnj.v9i1.14269>

- Purwanti, A. D., & Marlina, Y. (2022). Gambaran Persepsi Citra Tubuh, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Perilaku Makan Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 257–267. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1075>
- Purwanti, S., & Shoufiah, R. (2017a). *Kebiasaan Sarapan Pagi Mempengaruhi Status Gizi Remaja*.
- Purwanti, S., & Shoufiah, R. (2017b). *Kebiasaan Sarapan Pagi Mempengaruhi Status Gizi Remaja*.
- Puspitasari, D. I., & Rahmani, A. (2018). Gambaran Kebiasaan Sarapan Dan Status Gizi Mahasiswa Gizi Dan Non-Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 1(2).
- Putri, D. K., Fevria, R., Humaira, A. F., & Suryani, E. (2024). *Pola Konsumsi Pangan dan Hubungan Status Gizi pada Mahasiswa: Studi Literatur*.
- Rachmawati, & Nindya. (2017). Hubungan kebiasaan sarapan dengan status gizi pada siswa sekolah dasar di Surabaya. *Amerta Nutrition*, 1(1), 36–45. <https://ejournal.unair.ac.id/AmertaNutrition/article/download/3177/2378>
- Rahman, J., Fatmawati, I., Syah, Muh. N. H., & Sufyan, D. L. (2021a). Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rahman, J., Fatmawati, I., Syah, Muh. N. H., & Sufyan, D. L. (2021b). Hubungan peer group support, uang saku dan pola konsumsi pangan dengan status gizi lebih pada remaja. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 65. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.391>
- Rahmiwati, A., Wulandari, M. M. S., Sari, I. P., & Etrawati, F. (2025). Hubungan asupan zat gizi makro dan aktivitas fisik terhadap status gizi mahasiswa Universitas Sriwijaya: Studi cross-sectional. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 6(2), 269. <https://doi.org/10.30867/gikes.v6i2.2272>
- Ratnasari, D. (2025). Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi pada Anak Usia Sekolah di SD N Pulosari 2 Brebes. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan*, 7(01), 6–14. <http://jurnal.umus.ac.id/index.php/jigks>
- Ratumanan, S. P., & Khairani, A. F. (2023). *HIJP : HEALTH INFORMATION JURNAL PENELITIAN*. 15.
- Salsabila, H. H., Syagata, A. S., & Ciptanurani, C. (2025). *Hubungan asupan lemak dengan status gizi remaja putri di MA Muallimaat Yogyakarta*. 3.
- Sartika, W., Herlina, S., Qomariah, S., & Juwita, S. (2021). *TEMAN SEBAYA BERPENGARUH TERHADAP KEJADIAN GIZI LEBIH PADA REMAJA DI ERA PANDEMI COVID 19*. 1.
- Sirajuddin, Surmita, & Jafar. (2018). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Masagena Press.
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Susetyowati. (2017). *Gizi dalam daur kehidupan*. Gadjah Mada University Press.
- Syafiuddin, A., Putri, E. B. P., & Salim, H. M. (2024). Pelayanan Gizi dan Analisis Keragaman Pangan Santri Remaja di Pondok Pesantren Babussalam, Pamekasan, Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 1789–1793. <https://doi.org/10.31949/jb.v5i2.9087>

- Syamsopyan Ishak, Suherman Rate, Afiska Prima Dewi, Ritma Dewanti, & Hernianti Herman. (2024). Pengaruh Budaya Makan terhadap Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 3(2), 219–226. <https://doi.org/10.55606/jig.v3i2.4942>
- UNICEF. (1998). *The State of the World's Children 1998*. Oxford University Press.
- Universitas Binawan. (2021). *Modul Penilaian Konsumsi Pangan (Edisi 2)* (2nd ed.). Universitas Binawan. https://repository.binawan.ac.id/1680/1/Penilaian%20Konsumsi%20Pangan_Adhila_budi-compressed.pdf?utm_source
- Veri, N., Mahyuni, H., As, E., Reyhan, & Henniwati. (2025). Status gizi berdasarkan indeks massa tubuh pada remaja putri di SMKN 3 Kota Langsa. *Femina Jurnal Kebidanan*.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024a). Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi. *PROSIDING Seminar Kesehatan Nasional*, 3.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024b). *Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi*. 3.
- Wati, W., Indrawati, I., & Chandra, F. (2024c). *Gambaran Body Image dan Status Gizi pada Remaja di SMAN 2 Kota Jambi*. 3. <https://prosiding.ubr.ac.id/index.php/prosidingbaiturrahim/article/download/247/153>
- WHO. (2021). *WHO guideline on school health services*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240029392>
- WHO. (2023a). *Malnutrition*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- WHO. (2023b). *Total fat intake for the prevention of unhealthy weight gain in adults and children: WHO guideline*. World Health Organization. https://iris.who.int/handle/10665/370421?utm_source=chatgpt.com
- WHO. (2024). *Results report 2024 and Financial report and audited financial statements for the year ended 31 December 2024 – Results report 2024 (Programme budget 2024–2025: Performance assessment)*.
- Zawiyah, A., Mariani, & Rusilanti. (2023). Hubungan Uang Saku Dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Program Studi Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta. *Journal of Comprehensive Science*, 2, 1328–1337.