



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

Jl.Limau II, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12130
Telp./Fax. (021) 7256157, <http://fikes.uhamka.ac.id>, <http://uhamka.ac.id>

KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
Nomor : 4349 /A.30.02/2024

Tentang
PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Bismillahirrahmanirrahim,

DEKAN FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF.
DR. HAMKA :

- Menimbang : a. Bahwa dalam rangka penyelesaian studi mahasiswa Fakultas Ilmu-
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA perlu
dilaksanakan mata kuliah skripsi sebagai mata kuliah ujian penutup.
- b. Bahwa sebagaimana konsideran (a), dan demi lancarnya pelaksanaan
mata kuliah skripsi tersebut dipandang perlu untuk mengangkat
pembimbing skripsi dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Ilmu-ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 tahun 2003; tanggal 8 Juli 2003, tentang
sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tanggal
10 Agustus 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014
Tanggal 30 Januari 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi
dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
4. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
Nomor 3 Tahun 2020 Tanggal 28 Januari 2020, tentang Standar
Nasional Pendidikan Tinggi
5. Keputusan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Depertemen
Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor:
138/DIKTI/Kep/1997 tanggal 30 Mei 1997, tentang perubahan bentuk
Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Muhammadiyah Jakarta
menjadi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA;
6. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/1.0/B/2012
tanggal 16 April 2012, tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah;
7. Keputusan Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
Nomor 1077/A.01.01/2021 tanggal 14 Rabi'ul Awwal 1443 H./21
Oktober 2021 M. tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Ilmu-ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Masa Jabatan
2021 - 2025;
8. Statuta Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun 2023;

Memperhatikan : 1. Hasil Rapat Pimpinan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA dengan Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat tanggal 24 September 2024.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
Pertama : Mengangkat Pembimbing Skripsi Jenjang Strata Satu (S1) Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Univeritas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Tahun Akademik 2024/20025 sebagaimana tersebut dalam lampiran surat Keputusan ini.
- Kedua : Pembagian tugas anggota pembimbing skripsi di tetapkan ketua dengan memperhatikan bidang keahlian dan atas saran Pimpinan Fakultas.
- Ketiga : Jika di antara anggota pembimbing brhalangan tetap atau karena sebab-sebab lain tidak dapat menyelesaikan tugasnya, maka penggantian antar waktu ditentukan oleh pimpinan Fakultas.
- Keempat : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai seluruh mahasiswa yang dibimbing lulus ujian skripsi.
- Kelima : Hal-hal yang bertentangan dengan surat keputusan dinyatakan tidak berlaku.
- Keenam : Apabila ada kesalahan atau kekeliruan dalam surat keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Jakarta
Pada tanggal, 22 Rabiul Awal 1446 H
26 September 2024 M

Dekan,



Ony Linda, M.Kes
NIDN: 0330107403

SALINAN keputusan ini disampaikan kepada Yth.

1. Rektor
 2. Para Wakil Dekan
 3. Kaprodi Kesehatan Masyarakat
 3. Kepala Tata Usaha u.p Kasubag Akademik
 5. Kasubag. Keuangan
- Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan UHAMKA

LAMPIRAN SK DEKAN FAKULTAS ILMU- ILMU KESEHATAN

NOMOR : 4349 /A.30.02 /2024

TANGGAL : 22 Rabiul Awal 1446 H

26 September 2024 M

DAFTAR NAMA MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI

Dosen Pembimbing: Nia Musniati, SKM., MKM

NO	NAMA MAHASISWA	NIM	PROGRAM STUDI	KETERANGAN
1	Rahmawani	2105015022	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
2	Novia Andriyanti	2105015209	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
3	Puji Al Hikmah	2105015228	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
4	Derma Ambarwati	2105015151	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
5	Husnun Nabilah	2105015165	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
6	Aisyah Zahrani	2105015175	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal
7	Nana Istiqomah	2105015179	Kesehatan Masyarakat	Pembimbing Tunggal

Dekan,



Ony Linda, M.Kes
NIDN: 0330107403

SKRIPSI



**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA
REMAJA DI SEKOLAH SMA AL KAMAL JAKARTA BARAT**

TAHUN 2025

OLEH :

HUSNUN NABILAH

2105015165

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

JAKARTA

2025

SKRIPSI



**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PADA
REMAJA DI SEKOLAH SMA AL KAMAL JAKARTA BARAT TAHUN 2025**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk

Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

OLEH

HUSNUN NABILAH

2105015165

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

JAKARTA

2025

PERSETUJUAN SKRIPSI

PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Husnun Nabilah
NIM : 2105015165
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul Proposal : Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di SMA
Al-Kamal Jakarta Barat Tahun 2025

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui untuk *disidangkan* di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Jakarta, 26 September 2025

Pembimbing



Nia Musniati, S.KM., M.K.M.

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Husnun Nabilah
NIM : 2105015165
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul Proposal : Faktor Faktor Yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Remaja di Sekolah SMA Al-Kamal Jakarta Barat Tahun 2025

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka.

Jakarta, 31 Oktober 2025

Pembimbing

Nia Musniati, S.KM., M.K.M.

Penguji I

Trimawartinah M.KM

Penguji II

Ns. Mega Puspa Sari, S.Kep., MKM

Ka. Program Studi

Dian Kholika Hamal, SKM., M.Kes

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN STATISTIK KESEHATAN

Skripsi, Mei 2025

Husnun Nabilah

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI
PADA REMAJA DI SMA AL-KAMAL JAKARTA BARAT TAHUN 2025**

XVii + 96 halaman, 20 tabel, 5 gambar + 10 lampiran

ABSTRAK

Masa remaja merupakan salah satu tahap penting dalam perkembangan manusia. Pada periode ini, individu mengalami transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Prevalensi status gizi remaja berdasarkan (IMT/U) di SMA Al-Kamal Jakarta didapatkan bahwa remaja mengalami gizi kurang 17,6 %, normal 52,8 %, gizi lebih 8%, dan obesitas 21,6%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMA Al-Kamal Jakarta Barat tahun 2025. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif *cross-sectional* dengan jumlah responden sebanyak 125 sampel melalui metode teknik *Simple Random Sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kusioner. Analisis data yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi square*. Hasil menunjukkan 52,8% remaja memiliki status gizi normal, sedangkan hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa variabel teman sebaya terdapat hubungan dengan status gizi remaja ($p < 0,05$). sedangkan variabel pengetahuan, sikap, pendidikan, dan pendapatan tidak terdapat hubungan dengan status gizi remaja ($p < 0,05$). Oleh karena itu, berdasarkan hasil tersebut penulis memberikan saran diperlukan upaya peningkatan edukasi gizi melalui sekolah, peran aktif orang tua, serta kesadaran diri remaja dalam menjaga pola makan dan aktivitas fisik.

Kata kunci: Pengetahuan, Status Gizi, Remaja

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY PROF. DR. HAMKA
FACULTY OF PUBLIC SCIENCES
COMMUNITY HEALTH GRADUATE PROGRAM
HEALTH STATISTICS INTERESTS

Skripsi, Mei 2025

Husnun Nabilah

**FACTORS RELATED TO NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS
AT AL-KAMAL SENIOR HIGH SCHOOL, WEST JAKARTA IN 2025**

XVii+ 96 pages, 20 tables, 5 Images + 10 attachment

ABSTRACT

Adolescence is one of the important stages in human development. In this period, individuals experience a transition from childhood to adulthood, which involves biological, psychological, and social changes. The prevalence of adolescent nutritional status based on (BMI/U) at Al-Kamal High School, Jakarta, found that adolescents experienced malnutrition 17.6%, normal 52.8%, overnutrition 8%, and obesity 21.6%. This study aims to determine what factors are related to nutritional status in adolescents at Al-Kamal High School, West Jakarta in 2025. This study employed a quantitative cross-sectional design involving 124 respondents selected through simple random sampling. Data were collected using a questionnaire. Data analysis used univariate bivariate using the chi-square test, the results showed that 52.8% of adolescents had normal nutritional status, while the bivariate analysis indicates that the peer influence variable is significantly associated with adolescents' nutritional status ($p < 0.05$). Meanwhile, the variables of knowledge, attitude, education, and income show no significant association with adolescents' nutritional status ($p < 0.05$). Therefore, the results of the author provide suggestions that efforts are needed to increase nutritional education through schools, the active role of parents, and adolescent self-awareness in maintaining diet and physical activity.

-Keywords: Factors, Nutritional Status, Adolescent

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I LATAR BELAKANG	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	7
A. Definisi Status Gizi	7
B. Penilaian Status Gizi	7
C. Masalah Status Gizi	8
D. Asupan Gizi	9
E. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	9
E. Remaja	13
F. Karakteristik Remaja	15
H. Kerangka Teori	15
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS	17
A. Kerangka Konsep	17

B. Definisi Operasional.....	18
C. Hipotesis.....	21
BAB IV METODE PENELITIAN	22
A. Rancangan Penelitian.....	22
B. Lokasi dan waktu	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Besar sampel.....	23
E. Teknik Sampel.....	24
F. Pengumpulan Data	24
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Data.....	25
H. Pengolahan Data.....	26
I. Analisis Data.....	28
BAB V HASIL PENELITIAN	30
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	30
A.1 SMA Al-Kamal Jakarta	30
B. Analisis Univariat.....	31
1. Gambaran Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025.	31
2. Gambaran Pendidikan Orang tua SMA AL-KAMAL Tahun 2025.....	31
3. Gambaran Pendapatan Orang tua SMA AL-KAMAL Tahun 2025....	32
4. Gambaran Pengetahuan Gizi Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	33
5. Gambaran Sikap Gizi Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	35
6. Gambaran Teman Sebaya Gizi Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	36
C. Analisis Bivariat	38
1. Hubungan Pengetahuan dengan Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	38
2. Hubungan Sikap dengan Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	39
3. Hubungan Pendidikan dengan Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	40

4. Hubungan Pendapatan dengan Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	40
5. Hubungan Teman Sebaya dengan Status Gizi pada Remaja SMA AL-KAMAL Tahun 2025	41
6. Hasil Rekapitulasi Analisi Bivariat.....	41
BAB VI PEMBAHASAN.....	43
1. Status Gizi.....	43
2. Pengetahuan	44
3. Sikap	45
4. Pendidikan.....	46
5. Pendapatan	47
6. Teman sebaya	48
7. Keterbatasan peneliti	49
SIMPULAN DAN SARAN	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). *Survey design: Cross sectional dalam penelitian kualitatif*. Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer, 3(1), 31. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Adnin, W., Intan, Z., & Julia, J. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan sikap seksual pranikah di SMA KP 3 Paseh Bandung. Jurnal Kesehatan, 13(1), 110–118. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.395>
- Al-Sheyab, N. A., Gharaibeh, T., & Kheirallah, K. (2018). Relationship between peer pressure and risk of eating disorders among adolescents in Jordan. *Journal of Obesity*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/7309878>
- Amalia, S. N. I., Octaria, Y. C., Maryusman, T., & Imrar, I. F. (2023). *The associations between social media use with eating behavior, physical activity, and nutrition status among adolescents in DKI Jakarta*. Amerta Nutrition, 7 (2 SP), 193-198. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.193-198Andriani>.
- Anggraini, R., & Dewi, G. K. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan Gaya Hidup dengan Status Gizi Remaja di SMA Muhammadiyah Cileungsi. Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi JAKAGI, 2(2), 1–11. Available online: <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>.
- Arisdanni, H., & Buanasita, A. (2018). *Hubungan Peran Teman, Peran Orang Tua, Besaran Uang Saku dan Persepsi Terhadap Jajanan Dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Anak Sekolah (Studi di SD Negeri Ploso 1/172 Kecamatan Tambaksari Surabaya Tahun 2017)*. Amerta Nutrition, 2(2), 189. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.189-196>
- 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>
- Aurora, W. I. D., Darmawan, A., Kusdiyah, E., Suzan, R., Syauqy, A., & Gading, P. W. (2025). The impact of nutritional status and dietary intake on children's

- exposure to hazardous substances in food. *Jurnal Gizi Indonesia*, 13(2), 85–94. <https://doi.org/10.14710/jgi.13.2.2025.85>
- Azis, A. A., Pagarra, H., & Asriani. (2018). *Pengaruh pengetahuan dan sikap terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa*. *Jurnal IPA Terpadu*, 1(2), 50–56. <http://ojs.unm.ac.id/index.php/ipaterpadu>
- Azzahra, A., & Puspita, I. D. (2022). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Status Gizi Lebih Pada Remaja Di Sma Negeri 14 Jakarta Timur. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i1.71>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/WVc0MGEyMXBkVFUxY25KeE9HdDZkbTQzWkVkb1p6MDkiMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin--2023.html?year=2023>
- Cahyani, T. D., Puspitasari, D. I., & Sabini, D. (2024). *Hubungan asupan zat gizi makro dan frekuensi makan dengan status gizi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*. **Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan**, 8(2), 250–257. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i2.1677>
- Dhamayanti, M. & Anita, A. (2017). *Remaja: Kesehatan dan Permasalahannya*. Jakarta: Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia
- Diananda, A. (2018). *Psikologi remaja dan permasalahannya*. ISTIGHNA, 1(1), 116. <http://e-journal.stit-islamic-village.ac.id/index.php/istighna>
- Dungga, E. F., Ibrahim, S. A., & Suleman, I. (2022). *Hubungan pendidikan dan pekerjaan orang tua dengan status gizi anak (The relationship of parents' education and employment with the nutritional status of the child)*. *Jurnal Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 4(3), 992–994
- Dungga, E. F., Ibrahim, S. A., & Suleman, I. (2022). *Hubungan pendidikan dan pekerjaan orang tua dengan status gizi anak [The relationship of parents' education and employment with the nutritional status of the child]*.

Jambura Journal of Health Sciences and Research, 4(3), 194–200.
<https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhs>

Fatmawati, I., & Wahyudi, C. T. (2021). Pengaruh teman sebaya dengan status gizi lebih remaja di Sekolah Menengah Pertama di Kecamatan Pamulang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 41-45. <https://doi.org/10.52022/jikm.v13i1.176>

Fitriani, N. (2023) ‘Media Gizi IlmiahIndonesia’, Hubungan Kepemilikan Smartphonedan Uang Saku terhadap Obesitas pada Remaja, 1(10), pp. 23–32.<https://mgijournal.web.id/index.php/mgii/article/view/16/19>

Hafiza, D., Utmi, A., & Niriyah, S. (2020). *Hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja SMP YLPI Pekanbaru*. Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan, 9(2), 86–96. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/>

Indahwati, N. O. (2018). *Determinan Kejadian Status Gizi Baduta dengan Riwayat Bayi Lahir Rendah (BBLR) di Puskesmas Kalisat Kabupaten Jember Tahun 2018*. skripsii. Retrieved from <https://repository.unej.ac.id/handle>

Kaluku, K., Mita, N. P. W. P. S., Djogo, H. M. A., Demang, F. Y., Liansyah, T. M., Azizah, A. N., Fahmi, A., Minarsih, D. W., Oktovin, B. D. S. S., Sipasulta, G. C., Jatmikowati, H., Isworo, T. A., Farani, S., Yanti, D., Juwartini, D., Madiyanti, D. A., Fauzan, S., Sugiyatmi, T. A., Victoria, B., Andraini, R., ... Marlina, P. W. N. (2024). *Ilmu gizi: Konsep dan penerapan*. CV Media Sains Indonesia.

Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). Kemenkes, 235

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019, Desember 17). *Status gizi Indonesia alami perbaikan*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from

<https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/135818/permenkes-no-2-tahun-2020>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI.

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2023). *Panduan penggunaan aplikasi Dapodik versi terbaru tahun 2023*. Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah. <https://dapo.kemdikbud.go.id>

Khayatunnisa, T., Sari, H. P., & Farida. (2021). *Hubungan antara kurang energi kronis (KEK) dengan kejadian anemia, penyakit infeksi, dan daya konsentrasi pada remaja putri. Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman (J. Gipas)*, 5(1), 46. <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2021.5.1.3263>

Kominfo. (2023). Pengguna Internet di Indonesia 63 Juta Orang. Kementerian Komunikasi Dan Informatika. https://www.kominfo.go.id/index.php/content/detail/3415/Kominfo+%3A+Pengguna+Internet+di+Indonesia+63+Juta+Orang/0/berita_satker

Lathifah, L., Darmin, D., Alkhair, A., Salsabiila, S., Firmasnyah, M., Lestari, E. P., Oktaviani, Z. D., Kuswanti, N., & Harija, A. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap tentang 4 pilar gizi seimbang dengan status gizi. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 11(2), 101–110. <https://doi.org/xxxx>

Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2025). *Hubungan pengetahuan tentang gizi terhadap status gizi remaja* Relationship of nutritional knowledge to nutritional status teenage.

Machali, I. (2021). *Metode penelitian kuantitatif: Panduan praktis merencanakan, melaksanakan dan analisis dalam penelitian kuantitatif* <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/50344/1/Metode%20Penelitian%20Kuantitatif>

Malini, D. M., Setiawati, T., Alipn, K., & Fitriani, N. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja mengenai gizi seimbang dengan status gizi

- pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 10(2), 85–94. <https://doi.org/xxxx>
- Margareta, H. K., Indrawati, V., & Sulandjari, S. (2023). Hubungan pengetahuan gizi, sikap ibu dan asupan zat gizi makro dengan status gizi anak di SDN Gedangrowo Prambon Sidoarjo. *Amerta Nutrition*, 7(4), 503-511. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i4.2023.503-511>
- Minggu, L. L. J., Posangi, J., Wariki, W. M. V, & Manampiring, A. E. (2022). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Kualitas Hidup Kesehatan Siswa SMP dan SMA. *EBiomedik*, 10(1), 8– 13.
- Natsir Djide, N. A., Prasiwi, N. W., Petrika, Y., & Irma. (2025). *Buku ajar penilaian status gizi. Jakarta Barat: PT Nuansa Fajar Cemerlang.*
- Nurhidayati, T., Purwanto, H., Atmojo, L. K., & Nasyikin, M. (2021). *Karakteristik jiwa remaja dan penerapannya dalam pendidikan menurut Islam.*
- Pasaribu, G. D., & Siagian, N. (2024). *Hubungan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada siswa Sekolah Menengah Pertama. Nutrix Journal*, 8(2), 307-316. <https://doi.org/10.37771/nj.v8i2.1205>.
- Pertiwi, A., & Nadhiroh, S. R. (2023). *Hubungan tingkat adiksi media sosial dan aktivitas fisik dengan status gizi pada mahasiswa Universitas Airlangga. Healthy Tadulako Journal*, 9(2), 176-182. <https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.720>
- Plaisime, M., Robertson-James, C., Mejia, L., Núñez, A., Wolf, J., & Reels, S. (2020). Social Media and Teens: A Needs Assessment Exploring the Potential Role of Social Media in Promoting Health. *Social Media and Society*, 6(1). <https://doi.org/10.1177/2056305119886025>
- Rachmi, C. N., Wulandari, E., Kurniawan, H., Wiradnyani, L. A. A., Ridwan, R., & Akib, T. C. (2019). *Buku Panduan Siswa AKSI BERGIZI. In Kemenkes RI.*
- Rahmah, A. (2024). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur tahun 2024 Universitas Muhammadiyah*

- Rahmah, A., Linda, O., & Hamal, D. K. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja di SMP Negeri 262 Jakarta Timur tahun 2024. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 549–563.
- Ramadhani, Y., Salam, A., Jafar, N., Indriasari, R., & Amir, S. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Gizi Seimbang pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Journal of Indonesian Community Nutrition*, 11(1), 1–4.
- Rarastiti, C. N. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN)*, 2(2), 281–288. <https://doi.org/https://doi.org/10.54082/jupin.80>
- RISKESDAS. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. (2018).*
- Setiawati, F. S., Mahmudiono, T., Ramadhani, N., & Hidayati, K.F. 2019. *Intensitas Penggunaan Media Sosial , Kebiasaan Olahraga , dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019* *Intensity of Social Media Usage , Exercise Habits , and Obesity among Adolescent in Senior High School 6 Surabaya 2019.* 142–148. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019>
- Shilvina Widi. (2023, February 3). *Pengguna Media Sosial di Indonesia sebanyak 167 Juta pada 2023.* DataIndonesia.Id
- Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, Fitri, A., Kuswandi, S., Sastri, L., Falani, I., Aswan, N., Hasibuan, F. A., & Lestari, H. (2023). *Metodologi penelitian kuantitatif. Yayasan Kita Menulis.*
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). *Menentukan populasi dan sampel: Pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif.* *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Susilowati, E. (2019). *Karakteristik Orang Tua Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Desa Gaji Demak.* *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v6i1.214>
- Tatontos, A. A., Musa, E. C., & Punuh, M. I. (2024). *Hubungan antara*

pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 7 Manado (The relationship between balanced nutritional knowledge and nutritional status of students at SMA Negeri 7 Manado). Jurnal Bios Logos, 13(3), 309-315.

Thamaria N. "Penilaian status gizi". Pusat pendidikan sumber daya manusia kesehatan. Jakarta; Kemenkes RI. 2020

Trinelza, P. A., Wuryanti, S., & Mahmud, A. (2022). *The Relationship Between Physical Activity and Nutritional Status During the COVID-19 Pandemic on Students of the Faculty of Medicine Class of 2019, University of Yarsi, Seen from the Perspectives of Medicine and Islam. Junior Medical Journal, 1(1), 14–23.* <https://doi.org/10.33476/jmj.v1i1.2676>

Tumbelaka, C., Kapantow, N. H., & Purba, R. B. (2018). *Hubungan antara status sosial ekonomi keluarga dengan status gizi pada anak usia 24–59 bulan di Kecamatan Pasan Kabupaten Minahasa Tenggara.*

UNICEF Indonesia. (2021, April). Strategi komunikasi perubahan sosial dan perilaku: Meningkatkan gizi remaja di Indonesia. Jakarta: UNICEF Indonesia. <https://www.unicef.org/indonesia/>

UNICEF. (2019). Adolescent demographics. Retrieved March 16, 202, from UNICEF

UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021: Adolescent in the Digital World.* UNICEF. <https://data.unicef.org/resources/sowc-2021/>

Waluyani, I., Siregar, F. N., Anggreini, D., Aminuddin, A., & Yusuf, M. U. (2022). Pengaruh Pengetahuan, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik Remaja Terhadap Status Gizi di SMPN 31 Medan, Kecamatan Medan Tuntungan. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat, 1(1), 28–35.* <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i1.31>

WHO. (2023). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2023.*