

DAFTAR RUJUKAN

- Adhianto, K. G., & Arief, N. A. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 5(2), 134–141. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v5i2.20978>
- Adi, I. P. P., Mashuri, H., & Gunarto, P. (2022). Pengukuran Kebutuhan Gizi Atlet Federasi Panjat Tebing Indonesia Kabupaten Buleleng. *Proceeding Senadimas Undiksha*, 1024.
- Adnyana, K. S., Putu, N., & Sucita, D. (2021). *Berbasis Tematik Bagi Guru Pjok Di Kecamatan*. 779–784.
- Afandi, M. K., & Avandi, R. I. (2022). POLA KONSUMSI ZAT GIZI MAKRO DAN AKTIVITAS FISIK ANAK USIA 13-15 TAHUN (Studi Pada Pemain Futsal Putra SMP Negeri 5 Sidoarjo). 5(1), 15–25.
- Arismawati, D. F. dkk. (2022). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*.
- Arya Sena, I., Reny Wahyu Sari Luh Made, N., Parwata Made Yoga, I., & Kharismawan, P. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Tinggi Lompatan Pada Pemain Basket. 10(2), 154–162.
- Assidiqi, M. H., Mashuri, H., Adnyana, I. K. S., & Ganesha, U. P. (2025). Analisis status dan kebutuhan gizi peserta didik sekolah menengah atas usia 15-18 tahun Analysis of nutritional status and needs of 15-18 year old high school students. 4(2), 190–199.
- Aziz, N. (2020). Analisa dan Perancangan Aplikasi Pembelajaran Bahasa Inggris Dasar Berbasis Android INur. 32(2), 58–65.
- bps.go.id. (2024). Jumlah Penduduk Pertengahan Tahun (Ribuan Jiwa), 2022-2024. Bps.Go.Id. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTk3NSMy/jumlah-penduduk-pertengahan-tahun--ribu-jiwa-.html>
- Budiman, L. A., Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Alyarizqina, H., Sri, I., Kasim, N. I., Mona, V., & Korwa, I. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Beban Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizone*, 01(1), 6–15.

- Candra Susanto, P., Ulfah Arini, D., Yuntina, L., Panatap Soehaditama, J., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Desi, Ernalina, Y., & Syuryadi, N. (2023). *HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS GIZI SISWA/I DI SMP IT AL-ALAM INDRAGIRI HULU* Desi, Yanti Ernalina, Novfitri Syuryadi *. 1, 1–12.
- Diatmika, I. K. W., Mashuri, H., Luh, N., & Snyanawati, P. (2026). *Body Mass Index and Macronutrient Requirements of Students Aged 13-18*. 18(1), 1340–1348.
- Eka, I. K. Y. P., Mashuri, H., & Sukarata, I. K. (2025). *Analisis status dan kebutuhan gizi peserta didik kelas 10 Sekolah Menengah Atas Analysis of nutritional status and needs of 10 th - grade high school students*. 4(2), 124–135.
- Erlena, E., Lilyanti, H., & Sudiono, S. (2025). Mencegah obesitas: peran aktivitas fisik pada remaja awal. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 16(01), 132–141. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v16i01.1616>
- Faharuddin, dkk. (2024). *laporan kependudukan indonesia 2024*. 245. [http://siperindu.online/2023/pb/unduh_file/Laporan Kependudukan Indonesia - IND.pdf](http://siperindu.online/2023/pb/unduh_file/Laporan%20Kependudukan%20Indonesia%20-%20IND.pdf)
- Falmuariat, Q., Febrianti, T., & Mustakim, M. (2022). Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, December 2022*, 308–315. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i2.758>
- Festy, P. (2020). *Buku Ajar Gizi dan Diet* - Google Buku. In *UM Surabaya Publishing*. https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Gizi_dan_Diet/--qvDwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=klasifikasi+protein&pg=PA17&printsec=frontcover
- Giriwijoyo, H. Y. S. S. (2017). *Fisiologi kerja dan olahraga*. PT RajaGrafindo Persada, Jakarta.
- Gunarto, P., & Mashuri, H. (2023). *Perhitungan Kebutuhan Sumber Energi Utama:*

- Karbohidrat, Protein Dan Lemak Pada Atlet Pelti Kabupaten Buleleng. *Proceeding Senadiman Undiksha*, 8(November), 1389–1394.
- Hafidz, M. S. Al, Yunus, M., Widiawati, P., & Supriatna, S. (2024). Survei Indeks Massa Tubuh dan VO₂max Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 68 Jakarta. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(8), 9236–9241. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i8.5426>
- Hafiza, D., Utami, A., Niriayah, S., Studi Keperawatan, P., Hang Tuah Pekanbaru Corresponding Author, Stik., & Hang Tuah, Stik. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi pada Remaja Putri SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 332–342.
- Iseu, S. A. (2022). Gizi Kesehatan. In *PT Global Eksekutif Teknologi* (Issue November).
- Kemkes.go.id. (2021). *Klasifikasi Obesitas setelah pengukuran IMT*. Kemkes.Go.Id. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>
- Kemkes.go.id. (2024). *Memahami Obesitas: Panduan Praktis Mengukur Indeks Massa Tubuh*. Kemkes.Go.Id. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/memahami-obesitas-panduan-praktis-mengukur-indeks-massa-tubuh>
- Kemkes.go.id. (2025). *Malnutrisi Energi Protein*. Kemkes.Go.Id. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/defisiensi-nutrisi/malnutrisi-energi-protein>
- Kemkes. (2019a). *PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 28 TAHUN 2019 TENTANG ANGKA KECUKUPAN GIZI YANG DIANJURKAN UNTUK MASYARAKAT INDONESIA. 956*.
- Kemkes, permen 29b. (2019b). *PMK_No__28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia. Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No__28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf
- Lailatannur, L., & Ardianto, R. (2022). Analisis Status Gizi Pada Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini Dimasa Pandemi COVID-19. *Journals of Ners*

Community, 13(4), 367–374.

- Lisetyaningrum, I., Pujasari, H., & Kuntarti. (2021). A cross-sectional analysis of snacking habits, eating habits, physical activity, and indicators of obesity among high school students in Jakarta, Indonesia. *Journal of Public Health Research*, 10(s1). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2402>
- Listrianah, L., Palembang, P. K., Purba, R., Manado, P. K., & Mayangsari, R. (2023). *E-Book ILMU GIZI* (Issue October).
- Lu, Y., Yu, K., Zhai, M., & Ma, P. (2023). Age and school-segment difference in daily sedentary behavior and physical activity among student (9–23 years): a cross-sectional accelerometer-based survey. *Frontiers in Pediatrics*, 11(July), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fped.2023.1202427>
- Makwana, D., Engineer, P., Dabhi, A., & Chudasama, H. (2023). Sampling methods in research: A review. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development*, 7(3), 762–768. <https://www.researchgate.net/publication/371985656>
- Mashuri, H. (2022). The Importance of Calculating the Nutritional Status and Calorie Needs of Learners in Physical Education, Sports and Health Subjects. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 78–84.
- Mashuri, H., Mappaompo, M. A., & Purwanto, D. (2024). *Analysis of energy requirements and nutritional needs of rock climbing athletes*. 7(3), 437–445.
- Mattiro, S. (2021). Pengetahuan Lokal Ibu Tentang Pentingnya Gizi Dan Sarapan Pagi Bagi Anak. *Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi*, 1(1), 1–11.
- Munawaroh, M. M. (2021). Komposisi Lemak Viseral, Basal Metabolic Rate (BMR), Dan Usia Sel Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Remaja. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 5(1), 110–119. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v5i1.1120>
- Niartiningsih, A., Munsir, N., Nur, N. H., Jannah, N. M., Paradilla, M., Makassar, U. C., Selatan, S., & Tenggara, S. (2023). *Analisis Korelasi Pengetahuan Gizi dengan Pola Sarapan Siswa*. 3, 132–138.
- Nurmala, T., & Faridi, A. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Asupan Energi, Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Siswi Di SMA Negeri 1 Bantarujeg Majalengka. *Jurnal Pustaka Padi (Pusat Akses Kajian Pangan*

- Dan Gizi*), 3(1), 20–26. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakapadi.v3i1.707>
- Oktriani, S., Kusmaedi, N., Daniel Ray, H. R., & Setiawan, A. (2020). Perbedaan Jenis Kelamin, Usia, dan Body Mass Index (BMI) Hubungannya dengan Kebugaran Jasmani Lanjut Usia. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 28–40. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.24895>
- Parta Lesmana, K. Y., Made, P., Wiradhika, D., & Lesmana, P. (2024). *Implementasi Outdoor Education Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Kebugaran Jasmani Peserta Didik Kelas VII SMP*. 12(2), 140–144.
- Prayogo Dino Saputro, Hendra Mashuri, & Ni Putu Dwi Sucita Dartini. (2025). Analisis Status Gizi dan Kebutuhan Kalori Peserta Didik Usia 7-10 Tahun. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Pendidikan*, 4(2), 528–536. <https://doi.org/10.55606/jurripen.v4i2.5773>
- Purmayanti, N. K. D., & Aryawan, K. Y. (2022). Skrining Status Gizi Dan Edukasi Pemenuhan Nutrisi Pada Klub Sepak Bola Remaja Laki-Laki Di Desa Kubutambahan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 4(1), 47–53. <http://www.ejurnalstikeskesdamudayana.ac.id/index.php/wuj/>
- Puspita, C., & Nisman, A. W. (2021). Description Symptoms of Physical Health Problems, Nutritional Status, and Reproductive Problems among Senior High School Students. *Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, 2(1), 1–9.
- Putri, E. B. A., & Na. (2023). Ilmu Gizi dan Pangan (Teori dan Penerapan). In *Konsep Dasar, Paradigma Dan Ruang Lingkup Ilmu Gizi*. <https://zlibrary-id.se/book/26086279/fae0cf>
- Rahayu, A. dkk. (2019). *Dasar Dasar Gizi*.
- Ratna, K., Mashuri, H., & Semarayasa, I. K. (2025). *Analisis status dan kebutuhan gizi peserta didik sekolah dasar usia 11 tahun Analysis of the nutritional status and needs of 11- year-old primary school students*. 4(2), 210–219.
- Retiaty, F., Palupi, N. S., Ernawati, F., & Andarwulan, N. (2024). (*ANALYSIS OF CONSUMPTION PATTERNS AND BODY MASS INDEX*). 47(2), 89–98.
- Sandi, I. N. (2019). Jenis Keterampilan dan Pengelompokkan Olahraga. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(2), 64–73. <https://ojs.ikipgribali.ac.id/index.php/jpkr/article/view/303>
- Sastrawan, I. K. H., Mashuri, H., & Semarayasa, I. K. (2026). *Body Mass Index (*

- BMI*) and *Macronutrient Needs of Students Aged 14-15 Years*. 18(1), 180–191.
- Shidik, M. Q., Mashuri, H., Putu, N., & Sucita, D. (2025). *Jurnal cerdas sifa pendidikan*. 14, 26–39.
- Siswanto, S., & Rahmawati, R. (2023). *Dasar Ilmu Gizi Refrensi* (Issue October).
- Spyanawati, N. L. P., Satyawan, I. M., & Dartini, N. P. D. S. (2024). *OPTIMALISASI PEMBELAJARAN PJOK DENGAN MODEL PBL DAN PJBL: PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN BAGI GURU SD KECAMATAN KINTAMANI*. 15(1), 37–48.
- Sukaryawan, M. (2023). *BUKU AJAR BIOKIMIA 2 METABOLISME. 1*, 1–262. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciu-rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Sutrawanti, L., Wulansari, A., Gustra Jeki, A., Studi Ilmu Gizi, P., Baiturrahim, U., Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, P., Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F., & Jambi, U. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja di SMP Negeri 2 Kota Jambi Tahun 2024. *Seminar Kesehatan Nasional*, 3, 243–251. <https://prosiding.ubr.ac.id/>
- Suwiwa, I. G., Wijaya, M. A., & Kardiawan, I. kadek H. (2024). *WORKSHOP MEDIA PEMBEALAJARAN KETERAMPILAN DASAR SENAM LANTAI BERORIENTASI ICT TPACK UNTUK GURU PJOK SD KECAMATAN NUSA PENIDA*. 9(November).
- Syahputri, A. Z., Fallenia, F. Della, & Syafitri, R. (2023). Kerangka berfikir penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 160–166.
- Wibisono, I. G. A. B., Irawan, D. C., & Aziz, M. Z. (2024). Hubungan aktivitas fisik terhadap prevalensi overweight pada siswa SMP Muhammadiyah 10

Sidoarjo. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 116–125.
<https://doi.org/10.54284/jopi.v3i2.304>

Wijaya, M. A., Gulo, P. P. J., & Adnyana, I. komang S. (2025). *PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING BERBASIS ICT UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI PASSING BOLA VOLI*. 25(2), 173–182.

Yoda, I. K., Jaya, I. K. O. P., & Swadesi, I. K. I. (2021). Survey Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan. *Penjakora*, 8(September), 151–158.

Yuniritha, E., & Sulistyowati, Y. (2021). *Buku Metabolisme Zat Gizi Yenni Eva*. November, 1128. [https://www.researchgate.net/publication/356189471_BUKU METABOLISME_ZAT_GIZI_YENNI_EVA](https://www.researchgate.net/publication/356189471_BUKU_METABOLISME_ZAT_GIZI_YENNI_EVA)

