

DAFTAR PUSTAKA

- Abramowitz, M.K., Hall, C.B., Amodu, A., Sharma, D., Androga, L. dan Hawkins, M. (2018). *Muscle Mass, Bmi, And Mortality Among Adults In The United States: A Population-Based Cohort Study*. PLOS ONE, 13(4), hal.e0194697. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0194697>.
- Alser, M., Naja, K. dan Elrayess, M.A. (2024). *Mechanisms Of Body Fat Distribution And Gluteal-Femoral Fat Protection Against Metabolic Disorders*. *Frontiers In Nutrition*, 11. hal 1-9. doi:<https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1368966>.
- Agungnoe (2024). *10.678 Mahasiswa Baru Ugm Mengikuti Pionir - Universitas Gadjah Mada*. Universitas Gadjah Mada. Available At: <https://ugm.ac.id/Id/Berita/10-678-Mahasiswa-Baru-Ugm-Mengikuti-Pionir/>
- Agustina, W. (2019). Pengaruh Obesitas Sentral Terhadap Status Kesehatan Karyawan STIKES Maharani di Kota Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 8(1), hal.1–11. doi:<https://doi.org/10.33475/jikmh.v8i1.184>.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Mojokerto: Stikes Majapahit Mojokerto
- Anggoro, S., Sari, C.K., Isnaningsih, T., Khamid, A. dan Thaibah, U.H. (2024). Hubungan Perilaku Hidup Sehat dan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Anak SD. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(2), hal.531–538. doi:<https://doi.org/10.32583/pskm.v14i2.1744>.
- Al-Chalabi, S., Syed, A.A., Kalra, P.A. dan Sinha, S. (2024). *Mechanistic Links between Central Obesity and Cardiorenal Metabolic Diseases*. *Cardiorenal Medicine*, 14(1), hal.12–22. doi:<https://doi.org/10.1159/000535772>.

- Aramburu, N.T. dan Izaga, M.A. (2021). *Risk Factors Of Overweight/Obesity-Related Lifestyles In University Students: Results From The Ehu12/24 Study. British Journal of Nutrition*, 127(6), hal.1–13.
doi:<https://doi.org/10.1017/s0007114521001483>.
- Astuti, E.P. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Dismenorea Pada Remaja. *Jurnal Kebidanan*, 9(02), hal.121-137.
doi:<https://doi.org/10.35872/jurkeb.v9i02.314>.
- Audina, M. (2019). Suplementasi Kalsium Dan Vitamin D Pada Wanita Usia Subur Sebagai Pencegahan Osteoporosis Postmenopause. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 8(2), hal.35–40.
doi:<https://doi.org/10.30743/jkin.v8i2.27>.
- Auliah, A.N., Nur'aeni, A.L., Hidayati, E.N. dan Yusup, I.R. (2020). Hubungan Pola Hidup Dan Berat Badan Mahasiswa Pendidikan Biologi Semester 7A. *Bio education*, 5(1), hal 24–29.
doi:<https://doi.org/10.31949/be.v5i1.1909>.
- Bagaskoro, C. dan Kuspranoto, A.H. (2023). Perancangan Simulasi Kalkulator Indeks Massa Tubuh Berbasis Arduino Uno dan Simulasi Wokwi. *Medika Trada*, 4(2), hal.29–34. doi:<https://doi.org/10.59485/jtemp.v4i2.39>.
- Belzunce, M.A., Henckel, J., Laura, A.D., Horga, L.M. dan Hart, A.J. (2023). *Similarities And Differences In Skeletal Muscle And Body Composition Between Sexes: An Mri Study Of Recreational Cyclists. Bmj Open Sport & Exercise Medicine*, 9(3), hal .E001672.
Doi:<https://doi.org/10.1136/Bmjsem-2023-001672>.

- Bosomworth, N.J. (2019). *Normal-Weight Central Obesity: Unique Hazard Of The Toxic Waist. Canadian Family Physician*, 65(6), hal.399-408. Available at: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6738397/?utm_source=chatgpt.com#b2-0650399
- Chagas, C.L., Silva, Rodrigues, I.G., Maria, G., Ferraz, V.D., Celestino, D., Diniz, S., Porto, C., Cabral, P.C. dan Kruze, I. (2025). *Different Factors Modulate Visceral And Subcutaneous Fat Accumulation In Adults: A Single-Center Study In Brazil. Frontiers in Nutrition*, 12.hal 1-11
doi:<https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1524389>.
- Chin, K.-Y., Soelaiman, I.-N., Naina Mohamed, I., Shahar, S., Teng, N.I.M.F., Suhana Mohd Ramli, E., Ahmad, F., Aminuddin, A. dan Zurinah Wan Ngah, W. (2012). *Testosterone Is Associated With Age-Related Changes In Bone Health Status, Muscle Strength And Body Composition In Men. The Aging Male*, 15(4), hal.240–245.
doi:<https://doi.org/10.3109/13685538.2012.724740>.
- Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta (2019). *Cek Kesehatan Rutin, Pentingkah?* Jogjakota.Go.Id. Available At: <https://Kesehatan.Jogjakota.Go.Id/Artikel/Id/208/Cek-Kesehatan-Rutin-Pentingkah-/> [Accessed 7 Jun. 2025].
- Dondokambey, G.G., Lintong, F. dan Moningka, M. (2020). Pengaruh Latihan Sit-Up terhadap Massa Otot. *Biomedik*, 4(2), hal.196–201.
- Dzikriaafifah96 (2021). *Ppsmb Ugm 2021: Ragam Kreasi Ugm, Pancarkan Pesona Pertiwi – Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*. ugm.ac.id. Available At:

<https://Psikologi.ugm.Ac.Id/PPSMB-UGM-2021-Ragam-Kreasi-Ugm-Pancarkan-Pesona-Pertiwi/>

Eko, S. and Sinaga, N. (2018). Antara Jenis Kelamin Dan Sikap Dalam Gaya Hidup Sehat Mahasiswa. *Media Informasi*, 14(1), hal.69–72.
doi:<https://doi.org/10.37160/bmi.v14i1.171>.

Ernawati, Kurniawa, J., Gunaidi, F.C., Nathaniel, F., Amimah, R.M.I. dan Aditya, R.S.A. (2024). Kegiatan Skrining Indeks Massa Tubuh, Lingkar Pinggang, Dan Lingkar Pinggul Pada Usia Produktif Sebagai Deteksi Dini Obesitas Dan Komplikasi Terkait Obesitas Di Sekolah SMP Kalam Kudus. *Jurnal Penyuluhan Masyarakat Indonesia*, 2(3), hal.25–32.

Fadlilah, S., Wiyani, C., Sumarni, S. dan Lustiyati, E.D. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi, Emotional Quotient (Eq), Dan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Journal Of Nutrition College*, 11(3), hal.228–235.
Doi:<https://doi.org/10.14710/Jnc.V11i3.31688>.

Frank, A.P., de Souza Santos, R., Palmer, B.F. dan Clegg, D.J. (2018). *Determinants Of Body Fat Distribution In Humans May Provide Insight About Obesity-Related Health Risks*. *Journal of Lipid Research*, 60(10), hal.1710–1719.

Frankenfield, D.C., Rowe, W.A., Cooney, R.N., Smith, J.Stanley. dan Becker, D. (2001). Limits of body mass index to detect obesity and predict body composition. *Nutrition*, 17(1), hal.26–30.
doi:[https://doi.org/10.1016/s0899-9007\(00\)00471-8](https://doi.org/10.1016/s0899-9007(00)00471-8).

Haregu, T.N., Nanayakkara, S., Carrington, M. dan Kaye, D. (2020). *Prevalence And Correlates Of Normal Body Mass Index Central Obesity Among People*

With Cardiovascular Diseases In Australia. Public Health, 183, hal.126–131.

Doi:<https://doi.org/10.1016/J.Puhe.2020.03.013>.

Haryadi, S., Nugraha, S. dan Lintang, D. (2023). Hubungan antara Konsumsi Makanan Cepat Saji, Jenis Kelamin, dan Aktivitas Fisik dengan Persentase Lemak Tubuh pada Siswa SMP di Surakarta. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(1), hal.53–63. doi:<https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i1.613>.

Ibrahim, M.M. (2010). *Subcutaneous And Visceral Adipose Tissue: Structural And Functional Differences. Obesity And Metabolism*, 7(2), hal.64–65.

Doi:<https://doi.org/10.14341/2071-8713-5212>.

Janssen, I., Heymsfield, S.B., Wang, Z. dan Ross, R. (2000). *Skeletal Muscle Mass and Distribution in 468 Men and Women Aged 18–88 Yr. Journal of Applied Physiology*, 89(1), hal.81–88. doi:<https://doi.org/10.1152/jappl.2000.89.1.81>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2024). *Kategori Usia*. Kemkes.go.id. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia>.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (2024). *Pangkalan Data Pendidikan Tinggi*. <https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/>

- Khairani, N., Saputri, N.A., Syavani, D. dan Effendi, S.U. (2024). Hubungan Usia, Pekerjaan, Dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Wanita Usia 25-54 Tahun. *Jurnal Sains Kesehatan*, 31(1), hal.51–58.
- Khair, A.F.A. dan Usiono (2025). Pengaruh Pola Hidup Terhadap Kesehatan Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 2(2), hal, 48–54
- Kim, T.N., Park, M.S., Ryu, J.Y., Choi, H.Y., Hong, H.C., Yoo, H.J., Kang, H.J., Song, W., Park, S.W., Baik, S.H., Newman, A.B. dan Choi, K.M. (2014). The Impact Of Visceral Fat On Skeletal Muscle Mass And Vice Versa In A Prospective Cohort Study: Korean Sarcopenic Obesity Study (Ksos). *Plos One*, 9(12), hal E115407
- . King, A., Ashby, J. dan Nelson, C. (2001). *Effects of Testosterone Replacement on a Male Professional Singer*. *Journal of Voice*, 15(4), hal.553–557. doi:[https://doi.org/10.1016/S0892-1997\(01\)00055-8](https://doi.org/10.1016/S0892-1997(01)00055-8).
- Kirana, S.M.A.B., Murbawani, E.A. dan Panunggal, B. (2017). Zat Gizi, Massa Lemak Tubuh, dan Tekanan Darah Pada Wanita Vegetarian Dan Nonvegetarian Berusia 20-30 Tahun. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), hal.17–28. doi:<https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.17-28>.
- Kohir, D.S., Murhan, A. dan Sulastri, S. (2024). Skrining Faktor Risiko Obesitas Usia Produktif. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 9(2), hal 97-1047. Doi:<https://doi.org/10.52822/Jwk.V9i2.673>
- Ko, S.-H. dan Kim, H.-S. (2020). *Menopause-Associated Lipid Metabolic Disorders And Foods Beneficial For Postmenopausal Women*. *Nutrients*, 12(1), hal.1–25. doi:<https://doi.org/10.3390/nu12010202>.

- Kusteviani, F. (2015). *Factors Associated with Abdominal Obesity in the Productive Age in Surabaya*. Jurnal Berkala Epidemiologi, 3(1), hal.45–56.
doi:<https://doi.org/10.20473/jbe.v3i12015.45-56>.
- Kusumarahmawati, A., Bachtiar, F., Mailani, R. dan Sirada, A. (2023). Indeks Massa Tubuh Dan Obesitas Sentral Kaitannya Dengan Tekanan Darah Pada Anggota Batalyon X. Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia, 2(2). hal 1-7
doi:<https://doi.org/10.7454/jfti.v2i2.1091>.
- Kuswandi, P.C. dan Rahayu, T. (2022). Analisis Korelasi Indeks Massa Tubuh (IMT) dalam Keluarga Remaja Putri yang Mengalami Obesitas di Yogyakarta. *Jurnal Sains Dasar*, 11(1), hal.1–6.
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jsd/article/view/44921/pdf#>
- Li, B., Liu, N., Guo, D., Li, B., Liang, Y., Huang, L., Wang, X., Su, Z., Zhang, G. dan Wang, P. (2021). *Association Between Sleep Quality And Central Obesity Among Southern Chinese Reproductive-Aged Women*. *BMC Women s Health*, 21(1). hal. 1–10.
doi:<https://doi.org/10.1186/s12905-021-01407-0>.
- Limbong, M.N.A. dan Malinti, E. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Persen Lemak Tubuh Dan Lemak Visceral Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan. *Jurnal Nutrix*, 7(1), hal.43–49.
- Lubis, Y., Hermawan, D., Febriani, U. dan Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin Dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Malayati Tahun 2020. *Jurnal Human Care*, 5(4), hal.891–900.

Luthfiya, L., Pibriyanti, K., Nabawiyah, H., Fathimah, F. dan Ummah, S.K. (2024).

Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Lingkar Perut pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 8(1), hal.74–81.

Madeira, F.B., Silva, A.A., Veloso, H.F., Goldani, M.Z., Kac, G., Cardoso, V.C.,

Bettiol, H. dan Barbieri, M.A. (2013). *Normal Weight Obesity Is Associated with Metabolic Syndrome and Insulin Resistance in Young Adults from a Middle-Income Country*. PLoS ONE, 8(3), hal 1-9.
doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0060673>.

Maharani, C. dan Puspasari, A. (2019). Peran Variasi Gen Fto Pada Obesitas.

Jambi Medical Journal 'Jurnal Kedokteran dan Kesehatan', 7(2), hal.161–166. doi:<https://doi.org/10.22437/jmj.v7i2.8018>.

Mahdalena, N.N. dan Ariati, N.A. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Dengan Nilai

Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa-Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara Angkatan 2017 Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 10(2), hal.188–194.
doi:<https://doi.org/10.30743/jkin.v10i2.222>.

Mardalena, I. (2021). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Konsep dan Penerapan pada*

Asuhan Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Mendoza, R.M., Velásquez, I.M., Fontes, F. and Quintana, H. (2022). *Prevalence*

of central obesity according to different definitions in normal weight adults of two cross-sectional studies in Panama. The Lancet Regional Health - Americas, 10, hal.1-15. doi:<https://doi.org/10.1016/j.lana.2022.100215>.

Mohseni, P., Khalili, D., Djalalinia, S., Mohseni, H., Farzadfar, F., Shafie, A. dan

Izadi, N. (2024). *The Synergistic Effect Of Obesity And Dyslipidemia On*

Hypertension: Results From The Steps Survey. Diabetology & Metabolic Syndrome, 16(1). hal.1–10.

doi:<https://doi.org/10.1186/s13098-024-01315-x>.

- Mukti, A., Nasihin, S.R., Hanan, H. dan Rohmatullayaly, E.N. (2024). Perbandingan Ukuran dan Komposisi Tubuh antara Mahasiswa Laki-Laki Atlet dan Non Atlet Universitas Padjadjaran. *Jurnal Sumberdaya Hayati*, 10(4), hal.170–174. doi:<https://doi.org/10.29244/jsdh.10.4.170-174>.
- Nauli, A.M. dan Matin, S. (2019). *Why Do Men Accumulate Abdominal Visceral Fat? Frontiers in Physiology*, 10(1486). hal. 1-10. doi:<https://doi.org/10.3389/fphys.2019.01486>.
- Nasabian, P.J., Inglis, J.E., Reilly, W., Kelly, O.J. dan Ilich, J.Z. (2017). *Aging Human Body: Changes In Bone, Muscle And Body Fat With Consequent Changes In Nutrient Intake*. *Journal of Endocrinology*, [online] 234(1), hal.R37–R51. doi:<https://doi.org/10.1530/joe-16-0603>.
- Nenni, S. dan Santi, M. (2015). Lingkar Perut Mempunyai Hubungan Paling Kuat dengan Kadar Gula Darah. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2(1). hal. 48–58.
- Nisa, H., Dwi Yuliana, A., Fauzia Salsabila, S. dan Nur Fadhillah, A. (2022). Hubungan Karakteristik Individu Dan Gaya Hidup Sedentari Dengan Status Gizi Lebih Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 16(1), hal.55–63. Doi:<https://doi.org/10.36082/Qjk.V16i1.519>.
- Niswatin, D., Cahyawati, W.A.S.N. dan Rosida, L. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Massa Otot Pada Lansia. *Jurnal Homestasis*, 4(1), hal.171–180.

- Nugroho, P.S. (2020). Jenis Kelamin Dan Umur Berisiko Terhadap Obesitas Pada Remaja Di Indonesia. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), hal.110-114. doi:<https://doi.org/10.31602/ann.v7i2.3581>.
- Nurali, W.O. dan Sunarsih (2018). Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Lemak Dengan Obesitas Sentral Pada Karyawan Instansi di Kota Kendari. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 5(1), hal.49–58.
- Nurtitus, F., Susanto dan Ardyanto, T. (2022). Efektifitas Pemberian Jus Tomat Terhadap Lingkar Perut Dan Lemak Tubuh pada Tenaga Kesehatan Dengan Obesitas. *Gizi Indonesia*, 45(2), hal.119–128. doi:<https://doi.org/10.36457/gizindo.v45i2.703>.
- Okorodudu, D.O., Jumeau, M.F., Montori, V.M., Romero-Corral, A., Somers, V.K., Erwin, P.J. dan Lopez-Jimenez, F. (2010). *Diagnostic Performance Of Body Mass Index To Identify Obesity As Defined By Body Adiposity: A Systematic Review And Meta-Analysis*. *International journal of obesity* (2005), 34(5), hal.791–9. doi:<https://doi.org/10.1038/ijo.2010.5>.
- Owolabi, E.O., Ter Goon, D. dan Adeniyi, O.V. (2017). *Central Obesity And Normal-Weight Central Obesity Among Adults Attending Healthcare Facilities In Buffalo City Metropolitan Municipality, South Africa: A Cross-Sectional Study*. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 36(1). hal. 1–10. doi:<https://doi.org/10.1186/s41043-017-0133-x>.
- Pibriyanti, K. (2018). Studi Obesitas Sentral Pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Univet Bangun Nusantara Sukoharjo. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), hal.16–23. doi:<https://doi.org/10.23917/jk.v11i1.7000>.
- Pitrianasary, P.V., Susanty, S. dan Athar, L.M.I. (2024). Pengaruh Gender Terhadap Wisata Minat Khusus Staycation di Royal Regantris Hotel Gili

Trawangan Lombok Utara. *Journal Of Responsible Tourism*, 4(1),
hal.177–180.

Pradana, A., Heri, K. dan Puruhita, N. (2014). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Nilai Lemak Viseral (Studi Kasus Pada Mahasiswa Kedokteran Undip). *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 3(1), hal.122–131.
doi:<https://doi.org/10.14710/Dmj.V5i2.11602>.

Purwaningtyas, D.R., Tanjung, N.P. dan Dhanny, D.R. (2023). Analisis Faktor yang Terkait dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Wanita Dewasa. *Nutri-sains: jurnal gizi, pangan dan aplikasinya*, 7(1), hal.25–38.
doi:<https://doi.org/10.21580/ns.2023.7.1.10771>.

Puspitasari, N. (2018). Kejadian Obesitas Sentral pada Usia Dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), hal.249–259.
doi:<https://doi.org/10.15294/higeia.v2i2.21112>.

Putri, R.N., Nugraheni, S.A. dan Pradigdo, S.F. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Remaja Usia 15-18 Tahun di Provinsi DKI Jakarta (Analisis Riskesdas 2018). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(3), hal.169–177.
doi:<https://doi.org/10.14710/mkmi.21.3.169-177>.

Ramadhania, A.R., Hasna, A.N., Rieke, Ridwan, H. dan Sopiah, P. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Status Indeks Massa Tubuh Normal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(1), hal 58–66.
doi:<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i1.3057>.

Sahakyan, K.R., Somers, V.K., Rodriguez-Escudero, J.P., Hodge, D.O., Carter, R.E., Sochor, O., Coutinho, T., Jensen, M.D., Roger, V.L., Singh, P. dan

- Lopez-Jimenez, F. (2015). *Normal-Weight Central Obesity: Implications For Total And Cardiovascular Mortality. Annals Of Internal Medicine*, 163(11), hal.827-835. doi:<https://doi.org/10.7326/M14-2525>.
- Septiyanti, S. dan Seniwati, S. (2020). *Obesity and Central Obesity in Indonesian Urban Communities. Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(3), hal 118–127. doi:<https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.74>.
- Sitoayu, L., Rumana, N.A., Sudiarti, T. dan Achmad, E.K. (2020). Hubungan Antara IMT/U, Skinfold Thickness, Lingkar Pinggang dan Persen Lemak Tubuh pada Remaja Laki-Laki. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 4(1), hal 42–50. doi:<https://doi.org/10.22487/ghidza.v4i1.31>
- Sitorus, N. (2021). Gaya Hidup Sehat Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Di Bandung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 14(2), hal 55-62. doi:<https://doi.org/10.36051/Jiki.V14i2.129>.
- Sofa, I.M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), hal.228--236. doi:<https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.228-236>.
- Susantini, P. (2021). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Viscelar di Kota Semarang. *Jurnal Gizi*, 10(1), hal.51-59. doi:<https://doi.org/10.26714/jg.10.1.2021.51-59>.
- Suyasmi, N.M., Citrawathi, D.M. dan Sutajaya, I.M. (2018). Hubungan Pola Makan Aktivitas Fisik Pengetahuan Gizi Dengan Indeks Massa Tubuh (Imt) Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 4 Singaraja. *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 5(3), hal.156–165.

- Sweatt, S.K., Gower, B.A., Chieh, A.Y., Liu, Y. dan Li, L. (2018). *Sleep Quality Is Differentially Related To Adiposity In Adults. Psychoneuroendocrinology*, 98, hal.46–51. doi:<https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2018.07.024>.
- Takebe, N., Tanno, K., Ohmomo, H., Hangai, M., Oda, T., Hasegawa, Y., Takanashi, N., Sasaki, R., Shimizu, A., Sasaki, A., Sakata, K., Sasaki, M. dan Yasushi Ishigaki (2021). *Weight Gain After 20 Years Of Age Is Associated With Unfavorable Lifestyle And Increased Prevalence Of Metabolic Disorders. Diabetes, Metabolic Syndrome And Obesity: Targets And Therapy*, Volume 14, hal.2065–2075. doi:<https://doi.org/10.2147/Dmso.S300250>.
- Tek, N.A., Şanlıer, N. dan Türközü, D. (2017). *The Prevalence Of Abdominal Obesity Is Remarkable For Underweight And Normal Weight Adolescent Girls. Turkish Journal Of Medical Sciences*, 47(4), hal.1191–1197. doi:<https://doi.org/10.3906/sag-1605-60>.
- Utami, D. dan Setyarini, G.A. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Usia 15-18 Tahun di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 4(3). hal. 207–215. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/1318/1043>
- Wawointana, V.I. (2016). Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Pelajar di SMP Kristen Tateli Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. *Pharmacon*, 5(1). hal. 238–243. doi:<https://doi.org/10.35799/pha.5.2016.11252>.
- World Health Organization (2010). *A healthy lifestyle - WHO recommendations*.
World Health Organization.

<https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/a-healthy-lifestyle---who-recommendations>.

World Health Organization (2024a). Adolescents: Health risks and solutions.

WHO .int. Available at:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>.

World Health Organization (2024b). *Physical Activity*. World Health Organization.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.

World Health Organization (2025). Adolescent Health. World Health Organization.

Available at:

https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1.

Wijaya, G.B.R., Muliarta, I.M. dan Permana, P. (2020). Faktor-faktor yang berpengaruh pada Indeks Massa Tubuh (IMT) pada anak Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kecamatan Buleleng, Bali, Indonesia tahun 2016. *Intisari sains media*, 11(1), hal.223–227. doi:<https://doi.org/10.15562/ism.v11i1.528>.

Wiranata, Y. dan Inayah, I. (2020). Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 6(1), hal.43–52.

Xue, Y., Yang, X. dan Liu, G. (2024). *Association Of Combined Body Mass Index And Central Obesity With Cardiovascular Disease In Middle-Aged And Older Adults: A Population-Based Prospective Cohort Study*. *BMC Cardiovascular Disorders*, 24(443). hal 1-11. doi:<https://doi.org/10.1186/s12872-024-04079-4>.

Yeoh, A.J., Pedley, A., Rosenquist, K.J., Hoffmann, U. dan Fox, C.S. (2015). *The Association Between Subcutaneous Fat Density and the Propensity to Store Fat Viscerally*. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, [100(8), hal E1056–E1064. doi:<https://doi.org/10.1210/jc.2014-4032>.

Zhang, W., Cui, Z., Shen, D., Gao, L. dan Li, Q. (2025). *Testosterone Levels Positively Linked To Muscle Mass But Not Strength In Adult Males Aged 20–59 Years: A Cross-Sectional Study*. *Frontiers In Physiology*, 16. hal 1-13. doi:<https://doi.org/10.3389/fphys.2025.1512268>