

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarwulan, N., et al. 2011. Analisis Pangan. Jakarta. Penerbit Dian Rakyat.
- Andriani, F. W. 2021. Gaya hidup sedentari, *screen time*, dan pola makan terhadap status gizi remaja sman 1 bojonegoro. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), pp. 14-22.
- Anjani, R. P. & Kartini., A. 2013. Perbedaan pengetahuan gizi, sikap dan asupan zat gizi pada dewasa awal (mahasiswi lpp graha wisata dan sastra inggris universitas diponegoro semarang). *Journal of Nutrition College*, 2(3), pp. 312-320.
- Annisa, S. R., & Zahra, A. S. A. 2021. Hubungan antara emotional eating dengan penambahan body mass index di masa pandemi covid-19. *Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ*, pp. 1-8.
- Aulia, Z., et al., 2022. Peran orangtua dalam perkembangan psikososial pada masa remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4(6), pp.11063-11068.
- Auliannisaa A. & Wirjatmadi, B, 2023. Hubungan *emotional eating* dan pola konsumsi makan dengan obesitas pada mahasiswa tingkat akhir. *Media Gizi Kesehatan Masyarakat* 12(1), pp. 212-218.
- Azzahra, P. R., et al. 2024. Gambaran konsumsi lemak terhadap persentase lemak tubuh mahasiswa prodi S1 Ilmu Gizi FKM UNHAS. *The Journal of Indonesia Community Nutrition* 13(2), pp. 121-132
- Boudet, G., et al. 2019. How to measure sedentary behavior at work. *Frontiers in Public Health*, 7(167), pp. 1-11
- Bradburry, K. E. et al. 2017. Association between physical activity and body percentage, with adjustment for bmi: a large cross-sectional analysis of uk biobank. *BMJ Open*, pp. 1-9
- Coronel, A. A. R., et al., 2023. Childhood obesity risk increases with increased screen time: a systematic review and dose-response meta-analysis. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 42(5), pp. 1-14
- Dakanalis, A., et al. 2023. The association of emotional eating with overweight/obesity, depression, anxiety/stress, and dietary patterns: a review of the current clinical evidence. *Nutrients*, 15, 1173, pp. 1-18.
- Damayanti, Z., et al. 2020. Gaya hidup sedentari remaja urban berkaitan dengan emotional eating. *Jurnal Ilmiah Kajian Antropologi*. 4(1), pp. 28-49

- Desmawati. 2019. Gambaran gaya hidup kurang gerak (sedentary lifestyle) dan berat badan remaja zaman milenial di Tangerang, Banten. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(4), pp. 296-301
- Englardi, N. P., & Cleodora, C. 2022. Gambaran sedentary lifestyle, aktivitas fisik, dan keluhan pada tubuh karyawan usia produktif di Kantor Balai Kota Padang 2021. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(1), pp. 77-83.
- Faradillah, K. R., & Sirada, A. 2023. Perbandingan berat badan dengan persentase lemak tubuh pada mahasiswa dan mahasiswi fisioterapi. *Journal of Muslim Community Health (JMCH)*, 4(2), pp. 252-258
- Gale, E.L., Williams, A. J., & Cecil, J. E. 2025. Pre-sleep screen time and screen time addiction as shared determinants of poor sleep and obesity in adolescents aged 11-14 years in Scotland. *BMC Global and Public Health* 3(42), pp. 1-17
- Hanum, A. M. 2023. Faktor-faktor penyebab terjadinya obesitas pada remaja. *Jurnal Kesehatan Tadalako*, 9(2), pp. 137-147
- Hardy, L. L., et al. 2007. The reliability of the adolescent sedentary activity questionnaire (asaq). *Preventive Medicine* 45(2007), 71-74
- Haryadi, S. W., Nugraha, S. & Kawuryan, D. L. 2023. Hubungan antara konsumsi makanan cepat saji, jenis kelamin, dan aktivitas fisik dengan persentase lemak tubuh pada siswa smp di surakarta. *Ghizda: Jurnal Gizi dan Kesehatan* 7(1), pp. 53-63.
- Illahika, A. P. Iskandar, T. Syaifudin, N. C. & Choirunnisa, A. 2022. Domination of body fat distribution based on percent of body fat in late adolescent male and female. *Jurnal Saintika Medika*, 18(1), pp. 113-119
- Irzanti, A. F., Husodo, B. T., & Kusumawati, A. 2023. Faktor yang berhubungan dengan emotional eating pada mahasiswa di Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(6), pp. 364-372.
- Ishan, L. M. 2021. Hubungan perilaku sedenter dengan indeks massa tubuh pada perempuan remaja akhir. *Skripsi*. Universitas Hasanuddin
- Jayadilaga, Y., Putra, R. T., & Handayani, M. 2024. Analisis pengaruh persentase lemak tubuh terhadap usia biologis pada remaja wanita. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia*, 4(2), pp. 178-184.
- Johnson, F., et al. 2002. The adolescent food habits checklist: reliability and validity of a measure of healthy eating behavior in adolescents. *European Journal of Clinical Nutrition*, 56(7), pp. 644-649
- Karpinska, et al. 2023. Body composition of young women and the consumption of selected nutrients. *Nutrients*, 15(1), pp. 1-13

- Khamidah, A. F., Iwangsih, S. & Ningtiyas, L. N. 2024. Hubungan asupan zat gizi dan emotional eating dengan kejadian obesitas. *Jurnal Riset Gizi*, 12(1), pp. 32-40
- Khiyarusoleh, U. 2016. Konsep dasar perkembangan kognitif pada anak menurut jean piaget. *Jurnal Dialetika Jurusan PGSD* 5(1), pp. 1-10
- Kinasih, P. Syauby, A. & Margawati, A. 2024. Sedentary lifestyle, persentase lemak tubuh, dan massa otot berhubungan dengan kejadian obesitas pada usia paruh baya dan lansia. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(8), pp. 1067-1075
- Konttinen, H. 2020. Emotional eating and obesity in adults: the role of depression, sleep, and genes. *Proceedings of The Nutrition Society*, 79, pp. 283-289.
- Kumala, M. A., Megawati, A., & Rahadiyanti, A. 2019. Hubungan antara durasi penggunaan alat elektronik (*gadget*), aktivitas fisik dan pola makan dengan status gizi pada remaja usia 13-15 tahun. *Journal of Nutrition College*, 8(2), pp. 73-80.
- Liao, J. et al. 2024. Association of Daily Sitting Time and Leisure-Time Physical Activity With Body Fat Among U.S. Adults. *Journal of sports and health science*, 13, pp.195-203
- Lorenza, S. S., Suyatno. & Asna, A. F. 2024. Effect of food sources on body fat percentage of student at Diponegoro University, Indonesia. *BIO web of Conferences* 133, pp. 1-10.
- Maidartati, et al. 2022. Gambaran *sedentary lifestyle* pada remaja di SMA Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(2), pp. 250-265.
- Mandriyarini, R., Sulchan, M., & Nissa, C. 2017. Sedentary lifestyle sebagai faktor risiko kejadi obesitas pada remaja SMA stunted di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 6(2), pp. 149-155.
- Mittal, B. 2019. Subcutaneous adipose tissue & visceral adipose tissue. *Indian Journal of Medical Research*, 149(5), pp. 571-573
- Moore, J. B., et al. 2007. Validation of the physical activity questionnaire for older children in children of different races. *Pediatric Exercise Science* 19(1), pp.6-19
- Muharramah, A., Khairani, M. D., & Salsabila, M. 2023. Keragaman status gizi dan persen lemak tubuh pada mahasiswa S1 Gizi Universitas Aisyah Pringsewu tahun 2023. *Medical Journal of Nusantara*, 2(2), pp. 73-76
- Mursidah, I. S., et al. 2024. Hubungan emotional eating dengan status gizi remaja smas muhammadiyah 02 medan. *Jurnal Implementa Husada*, 5(2), pp. 112-119.

- Musta, W. P. 2022. Hubungan pengetahuan, kesehatan fisik, dan kesehatan mental dengan tingkat aktivitas sedentary mahasiswa pada masa pandemi covid-19 di Kota Makassar. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Nagata, J. M., et al., 2023. Association of physical activity and screen time with body mass index among us adolescents. *Journal of The American Medical Association*, 6(2), pp. 1-12
- Nava, E. Y. E. et al. 2020. Relationship of body fat with emotional eating and quality of diet in university students from Mexico. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 70(3), pp.164-173.
- Nugraha, F. C., Budiarti, I., & Prawiradilaga, R.S. 2023. Indeks massa tubuh dan persentase lemak tubuh berhubungan dengan tingkat aktivitas fisik namun tidak dengan kesiapan melakukan aktivitas fisik pada mahasiswa. *Communication Management*. 3(1), pp. 769-775
- Nurdiana, D., Rustiawan, H., & Nursasih, I. D., 2022. Hubungan persentase lemak tubuh pada obesitas sedang terhadap tingkat kebugaran jasmani pada siswa SMK N 4 Banjar. *Jurnal Keolahragaan*, 8(2), pp. 147-152
- Paputungan, F. 2023. Karakteristik perkembangan masa dewasa awal. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1).
- Pratiwi, H., Rochma, M, & Nurahmi, A. Pemantauan indeks massa tubuh dan persen lemak tubuh dalam pencegahan obesitas. *Journal of Public Health Service*, 1(1), pp.53-60.
- Putri, A. F. 2019. Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), pp.35-40.
- Rachmah, F. Y. & Priyanti, D. 2019. Gambaran emotional eating pada mahasiswa pengguna aplikasi Go-Food di Jakarta. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), pp.104-118.
- Rachmawati, E., et Al. 2023. Hubungan *emotional eating* dengan kejadian obesitas pada mahasiswa fakultas ilmu kesehatan upn “veteran” jakarta. *Jurnal Mahasiswa dan Peneliti Kesehatan* 10(2), pp. 43-55
- Rahayu, W. & Kusuma, D. A. 2022. Profil sedentary lifestyle pada remaja umur 15-17 tahun (study di Kabupaten Lamongan). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(2), pp. 114-121
- Rahman, M. M et al. 2021. Hubungan asupan lemak terhadap persentase lemak tubuh mahasiswa tadulako Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako angkatan 2019. *Healthy Tadulako Journal* 7(1), pp. 21-29

- Robinson, T.N., et al. 2017. Screen media exposure and obesity in children and adolescents. *PEDIATRICS* 140(s2), pp. S97-S101
- Rosenberg, D. E., et al., 2010. Reliability and validity of the sedentary behaviour questionnaire (sbq) for adults. *Journal of Physical Activity and Health*, 7, pp. 697-705
- Saat, N. Z. M., et Al. 2023. The association of eating behaviour with physical activity and screen time among adolescents in the Klang Valley, Malaysia: a cross-sectional study. *Healthcare (Basel)*, 11(9), 1-13
- Sari, Y. F., Wahyuningsih, S. & Nofartika, F. 2023. Durasi penggunaan screen time tidak berkaitan dengan status gizi pada remaja di SMA Negeri 1 Ngemplak, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Respati Yogyakarta* 5(2), pp. 156-162
- Semar, R. & Bakshi, N. 2022. Correlation of screen time with eating behaviour among school-going children aged 8 to 10 years in East Delhi, India. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 18(4), pp.283-289.
- Sembiring, A. Z. Br, et al., 2023. Perkembangan kognitif spoiled-teen dan pengaruhnya terhadap kemandirian remaja. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 12(1), pp. 70-78.
- Shriver, L. H., et al.2019. Longitudinal associations between emotion regulation and adiposity in late adolescence: indirect effect through eating behaviours. *Nutrient* 11(2), pp. 1-13
- Silwanah, A. S. & Amaliah, A. 2019. Hubungan aktivitas sedentari dengan kejadian obesitas pada anak usia sekolah dasar di SD Frater Thamrin Makassar. *Infokes : Info Kesehatan*, 9(2), pp. 122-127.
- Sudirman, C. 2022. Asosiasi durasi penggunaan media elektronik berbasis layar dengan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Unika Soegijapranata. *Skripsi*. Universitas Katholik Soegijapranata.
- Suraya, R. Siagian, A. Lubis, Z. & Nababan, A. S. V. 2020. Pengaruh konsumsi makanan jajanan, aktivitas fisik, screen time, dan durasi tidur terhadap obesitas pada remaja. *Jurnal Dunia Gizi* 3(2), pp. 80-87
- Suryana, E. Wulandari, S. Sagita, E. & Harto, K. 2022. Perkembangan masa remaja akhir (tugas fisik, intelektual, emosi, sosial dan agama) dan implikasinya pada pendidikan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 5(6), pp. 1956-1963.

- Susantini, P. 2021. Hubungan indeks massa tubuh (imt) dengan persen lemak tubuh, dan lemak viscelar di Kota Semarang. *Jurnal Gizi Unimus*. 10(1), pp. 51-59.
- Takashi, I., et Al. 2023. Screen time at age 1 year and communication and pronlem-solving developmental delay at 2 and 4 years. *JAMA Pediatrics*, 177(10), pp. 1039-1046.
- Tremblay, M. S., et Al. 2017. Sedentary behavior research network (sbrn) – terminology consensus project process and outcome. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(75), pp. 1-17
- Wachira, L. J. M., et al., 2017. Screen-based sedentary behavior and adiposity amon school children: result from International Study of Childhood Obesity, Lifestyle and The Environment (ISCOLE) – Kenya. *PLOS ONE*, 13(6), pp.1-15
- Wardani, H. S., Anatayu, S. & Febrinasari, R. P. 2024. Stress level and emotional eating in obese and non-obese adolescents. *Aceh Nutrition Journal*, 9(1), pp. 57-64.
- Wardani, P. A. S., Suyasa, I. G. P. D., & Wulandari, I. A. 2022. Hubungan sedentary lifestyle dengan kejadian obesitas pada remaja pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15(2), pp. 197-206
- Widyastuti, R. A. & Rosidi, A. 2018. Indeks massa tubuh menurut umur sebagai indikaor persen lemak tubuh pada remaja. *Jurnal Gizi*, 7(2), pp. 32-39
- Wijayanti, D. N., Sukmaningtyas, G. & Fitranti, D. Y. 2018. Kesesuaian metode pengukuran persentase lemak tubuh *skinfold caliper* dengan metode bioelectrical impedance analysis. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(2), pp. 1504-1510
- Wijayanti, R. Y. 2023. Pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku emotional eating pada mahasiswa UNY. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Xue, J., Li, S., & Hong, P. 2025. The relationship between sedentary behavior, physical activity (pa), body composition, and bone mineral density (bmd) in obese middle-age and elderly. *Asian Journal of Sports Medicine* 16(1), pp.1-9
- Yogyantini, M. D. T & Wahyunani, B. D. 2022. Gambaran status gizi dan komposisi tubuh pada pasien geriatrik di Klinik Golden Care Rumah Sakit Panti Yogyakarta. *Prosiding TIN PERSAGI*, pp 193-200.
- Yuliasih. & Nurdin, F. 2020. Analisis body composition masyarakat desa karang tengah kabupaten bogor. *Jurnal SEGAR*, 9(1), pp. 14-20.
- Yunieswati, W. & Briawan, D. 2014. Status antropometri dengan beberapa indikator pada mahasiswa TPB-IPB. *Jurnal Gizi Pangan*, 9(3), pp.181-186

- Zahrani, P. A., Trisnawaty, Syuaib, M. M. Sa'diyah, H. & Takdir. Hubungan screen time dan kualitas tidur dengan kebugaran kardiorespirasi pada mahasiswa Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar. *Alami Journal: Alauddin Islamic Medical Journal*. 8(2), pp. 74-84
- Zai, I, M., Utami, A. T., Tambunan, D. K., Waruwu, W. K., Tobing, T. B., & Srinahyanti. 2025. Pengaruh screen time terhadap gaya hidup sedentary lifestyle mahasiswa PG Paud Unimed. *Bunga Rampai Usia Emas (BRUE)*, 11(1), pp 22-27.
- Zulnalis, dan Rusli, D. 2024. Gambaran sedentary behavior mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, 4(6), pp. 1302-1311