

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, A., Al-Ani, O., & Al-Ani, F. (2024). Children's behaviour and childhood obesity. *Pediatric Endocrinology, Diabetes and Metabolism*, 30(3), 148–158. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39451187/>
- Ali, M., & Asrori, M. (2018). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. PT Bumi Aksara.
- Alley, S., Wellens, P., & Schoeppe, S. (2022). Digital interventions for physical activity and health behavior change. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(1), 1–12. <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-022-01299-8>
- A'yunin, Elia Nur, Anna Fitriani, Rachma Dhiyaa', And Arroyyan. 2023. "Promosi Kesehatan Aktifitas Fisik Sebagai Upaya Penanggulangan Dan Pencegahan Perilaku Sedentari Pada Mahasiswa." *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)* 7(4): 3192. <Http://Journal.Ummat.Ac.Id/Index.Php/Jmm%0A>
- Agafian Dhuha, Ahad, Andre Yogaswara, Sayid Fariz Bin Seh Abu Bakar, Agung Widodo, Muhammad Muhibbi, Mifbakhuddin Mif, Diki Bima Prasetyo, Sayono S, And Didik Sumanto. 2023. "Edukasi Kesehatan Dan Olahraga Sebagai Pencegahan Obesitas Dan Perilaku Sedentari Pada Siswa." *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2(3): 36–39. <Https://Jurnalnew.Unimus.Ac.Id/Index.Php/Jipmi>
- Basch, C. H., Hillyer, G. C., & Jaime, C. (2022). *TikTok*: An emerging platform for health promotion among adolescents. *Journal of Medical Internet Research*, 24(1), e29483. <https://www.jmir.org/2022/1/e29483>
- Bancin, Dewi R, Friska Sitorus, And Surya Anita. 2022. "Pada Kader Posyandu Remaja Lembaga Pembinaan Khusus." 3: 103–10.
- Bur, Ramdani, Fitri Ayuningtyas, And Munadhil Abdul Muqsith. 2023. "Pemanfaatan *TikTok* Sebagai Media Informasi Baru Generasi Z." *Jurnal Komunikasi Nusantara* 5(2): 189–98. <Https://Www.Semanticscholar>.
- Chen, J., Wang, Y., & Liu, X. (2023). Digital health interventions for adolescents: A systematic review. *BMC Public Health*, 23(1), 1–10. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-023-15412-3>
- Daniyati Ani, Bulqis Saputri Ismy, Aqila Septiyani Siti, And Setiawan Usep. 2023. "Konsep Dasar Media Pembelajaran Ricken Wijaya stai dr.khez Muttaqien Purwakarta." *Journal Of Student Research (JSR)* 1(1): 282–94. <Https://Ejurnal.Stie-Trianandra.Ac.Id/Index.Php/Jsr/Article/View/993>.
- Deriyanto, Demmy, And Fathul Qorib. 20021. "Persepsi Masiswa Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi *TikTok*." *Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik* 7(2): 80. <Www.Publikasi.Unitri.Ac.Id>. <Https://Publikasi.Unitri.Ac.Id/Index.Php/Fisip/Article/View>
- Erliana, Eva, And Setiyo Hartoto. 2023. "Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 7(2): 225–28. <Https://Id.Search.Yahoo.Com/Search>.
- Fadilla, N., & Dewi, N. U. (2026). Efektivitas edukasi gizi berbasis video TikTok terhadap pengetahuan dan sikap konsumsi gula pada remaja. *Jurnal Genta Mulia*, 17(1). Link: <https://ejournal.uncm.ac.id/index.php/gm/article/view/1814>

- Fitriani, D., Putra, A., & Yuliana, M. (2024). Media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan remaja. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 15(1), 44–52. <https://jurnal.ui.ac.id/index.php/jki/article/view>
- Fitri Y, Mulyani NS, Fitrianiingsih E, Suryana S. 2016. “Mataram (The Relationship Of Physical Activity With Incidence Of Obesity In Adolescents In The Nutrition Department Of Health Polytechnic Ministry Of Health Mataram).” *Pengaruh Pemberian Aktifitas Fisik (Aerobic Exercise) Terhadap Tekanan Darah, IMT Dan RLPP Pada Wanita Obesitas* 4: 105–10. <Http://Dx.Doi.Org/10.30867/Action.V4i2.180P-ISSN>
- Goodyear, V. A., Armour, K. M., & Wood, H. (2021). Young people and social media: Implications for health promotion. *Health Education Research*, 36(1), 1–11. <https://academic.oup.com/her/article/36/1/1>
- Ghozali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 23*. Edisi 8. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Semarang.
- Handayani, S., Dewi, R., & Anggraini, L. (2023). Peran media digital dalam membentuk sikap kesehatan remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 12(2), 120–128. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpk/article/view>
- Hapsari, D., Nugroho, A., & Santoso, B. (2023). Efektivitas media video dalam edukasi kesehatan remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(1), 12–20. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/kemas/article/view>
- Hidayat, A., Putri, D., & Rahmawati, I. (2023). Pengaruh media sosial terhadap persepsi kesehatan remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(2), 88–96. <https://jurnal.poltekkes.ac.id/index.php/jik/article/view>
- Iskandar, Dody. “Perbedaan Jalan Kaki , Jogging Dan Lari Serta Manfaatnya.” 2022. https://www.scribd.com/upload-document?archive_doc.
- Jannah, M., dan Kusumaningrum, I. (2021). Paparan Informasi, Pengetahuan, Sikap tentang Pedoman Gizi Seimbang dan Status Obesitas pada Anak Sekolah di Sekolah Dasar Negeri Pulogebang 11 Pagi Jakarta Timur. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(3), 67–73. <https://arteri.sinergis.org/arteri/article/view/168>
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2020). *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. [Http://Eprints.Ukh.Ac.Id/Id/Eprint/852/1/6_Perencanaan Kesehatan_1.Pdf](Http://Eprints.Ukh.Ac.Id/Id/Eprint/852/1/6_Perencanaan_Kesehatan_1.Pdf)
- Khairani, Nurul, Nike Aprilia Saputri, Dini Syavani, And Santoso Ujang Effendi. 2023. “Aktivitas Fisik Dan Kejadian Obesitas Sentral Wanita.” *Jurnal Sains Kesehatan* 30(3):124–31. <Https://Id.Search.Yahoo.Com/Search?P=Aktivitas+Fisik+Dan+Kejadian+Obesitas+Sentral+Wanita+Physical>
- Khoriandari. (2022). Gambaran Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Dalam Konsumsi Tablet FE Di Masa Pandemi Covid-19 Di Sma N 1 Bantul. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, 0 1. <Http://Eprints.Poltekkesjogja.Ac.Id/Id/Eprint/10193>
- Kumayas, Mira, Aaltje Ellen Manampiring, Eva Mariane Mantjoro, Jimmy Posangi, And Windy Wariki. 2022. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Kesehatan Remaja Di Kabupaten Minahasa Selatan. *Jambura Journal Of Health Sciences And Research* 4(3): 880–85. <Https://Ejurnal.Ung.Ac.Id/Index.Php/Jjhsr/Index>.

- Kurnia, Finda, Tatang Muhtar, And Ayi Suherman. 2024. Pengaruh Body Weight Training Dan Lari Terhadap Kadar Lemak Dan Kebigaran Jasmani. *Journal Of S.P.O.R.T* 8(1): 1–14. <https://doi.org/10.37058/Sport%0apengaruh>.
- Kurniawan, F., Rahmawati, I., & Sari, N. (2023). Pengaruh media sosial terhadap perilaku kesehatan remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(1), 55–63. <https://jurnal.poltekkes.ac.id/index.php/jik/article/view>
- Kurniawati, D., Rahma, N., & Ananda, F. (2024). Media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 12(1), 33–40. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpk/article/view>
- Lase, Susi Murni, Apriliana Lase, Sosiologi Agama, Ilmu Sosial, And Humaniora Kristen. 2024. “Pengaruh Media Massa Terhadap Pembentukan Sikap Multikultural Pada Generasi Muda.” *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora* 2985(6): 270–76. [Http://Jurnal.Kolibi.Org/Index.Php/Kultura](http://Jurnal.Kolibi.Org/Index.Php/Kultura).
- Lestari, N., & Wahyuni, S. (2022). Efektivitas media video dalam meningkatkan pemahaman kesehatan remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(3), 210–218. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi/article/view>
- Nasution, E., Hidayat, H. P., & Sihotang, U. (2024). Pengaruh Media Booklet terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak dalam Memilih Makanan Jajanan Sehat pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 104244 Jati Sari Lubk Pakam. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(1), 157-166. doi: <https://prin.or.id/index.php/Innovation/article/view/2124>
- Ningsih, H. T. M., Amalia, A., & Rusminarni, S. (2024). Pengaruh edukasi melalui media sosial TikTok tentang pencegahan anemia terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. *Media Riset Kesehatan*, 13(1), 67–75. <https://jurnal.stikesbhaktihusada.ac.id/index.php/MR/article/view/452>
- Nursalam. (2011). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Ispa. 6–25.
- Nurkhoiriyah, A., Suparman, S., Agung, F., & Lucas, J. (2024). Pengaruh edukasi gizi seimbang menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan, asupan zat gizi makro, aktivitas fisik dan status gizi pada remaja kegemukan di SMPN 7 Cimahi. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 3(1), 44–52. <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jgd/article/view/2184>
- O'Reilly, M., Dogra, N., & Whiteman, N. (2022). Digital media and adolescent health. *Journal of Adolescence*, 94, 1–10. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S014019712200302X>
- Prasetyo, D., Hidayat, M., & Lestari, E. (2024). Edukasi kesehatan berbasis media sosial terhadap remaja. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 77–85. <https://jurnal.poltekkes-kemenkes.ac.id/index.php/jk/article/view>
- Ramadhani, S., Putri, L., & Anggraini, R. (2024). Pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Jurnal Kesehatan*, 15(1), 50–58. <https://jurnal.poltekkes-kemenkes.ac.id/index.php/jk/article/view>
- Rasdin, R., Mulyati, Y., & Kurniawan, K. (2021). Fenomena Tik Tok Sebagai Media Komunikasi Edukasi. *Seminar Internasional Riksa Bahasa*, 3, 227–235. [Http://Proceedings.Upi.Edu/Index.Php/Riksabahasa/Article/View/1681](http://Proceedings.Upi.Edu/Index.Php/Riksabahasa/Article/View/1681)

- Rika, Rahayu, Danismaya Irawan, And Makiyah Arfatul. 2024. "Pengaruh Edukasi Media Platform *TikTok* Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cireunghas." *Jurnal Ventilator* 2(1): 215–26. <https://doi.org/10.59680/Ventilator.V2i1.996>.
- Roring, Marlen Lestari, Mesak Rambitan, And Agusteivie Telew. 2024. "Gambaran Aktivitas Fisik Dan Kejadian Obesitas Di Minanga Kota Manado." 3(2)(2): 28–35. <https://journal.jikma.net>.
- Rosdiana, S Wirawan, AY Hartika, SP Aji, Febriantika, CR Nayoan, D Arisanti, R Trisilawati, And RR Simanjuntak. 2023. Get Press Indonesia *Penerapan Strategi Perubahan Perilaku*. <https://id.search.yahoo.com/search?fr=mcafee&type=E210ID1589G0&p=penerapan+strategi+perubahan+perilaku>.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan remaja* (Ed. ke-6). Erlangga.
- Saputra, A. I., Astiah, A. A., & Handayani, A. P. A. (2025). Pengaruh video edukasi melalui media sosial *TikTok* terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Zona Kesehatan: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(1), 45–53. <https://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonakesehatan/article/view/1882>
- Saputri, N. A., Purwanti, K. Y., & Putra, L. V. (2024). Pengaruh model discovery learning berbantuan media video interaktif terhadap kemampuan pemahaman konsep siswa SD. *Jurnal Basicedu*, 8(4), 3017–3025. <https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/8285>
- Sari, M., Putri, D., & Lestari, R. (2023). Pengaruh media audiovisual terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 90–98. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jkmi/article/view>
- Southwick, L., Guntuku, S. C., Klinger, E. V., Seltzer, E., & Merchant, R. M. (2021). Characterizing COVID-19 content on *TikTok*. *JMIR Public Health and Surveillance*, 7(2), e24304. <https://publichealth.jmir.org/2021/2/e24304>
- Septian Emma Dwi Jatmika, M.Kes., M.PH. Muchsin Maulana, S.KM., Dr.PH. Prof. Kuntoro, Dr.M.PH., And M.Kes. Dr. Santi Martini, Dr. 2019. K-Media *Buku Ajar Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/852/1/6_Pencanaan_Media_Promosi_Kesehatan_1.Pdf.
- Sovani Firdawiyanti, B., Kurniasari, R., Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Singaperbangsa Karawang, P., & Penulis, K. (2023). The Indonesian Journal Of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia Pengaruh Penggunaan Media Edukasi Video *TikTok* Dan Infografis Terhadap Pengetahuan Anemia Pada Remaja Putri. 6(5), 925–930. <https://doi.org/10.31934/Mppki.V2i3>
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: CV. Alfabeta.
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Bandung: Rineka Cipta.

- Syaibani, Izatul A'yun, And Husniyatus Salamah Zainiyati. 2022. "Penggunaan Aplikasi *TikTok* Sebagai Media Pembelajaran Ski Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Mi Miftahussudur 01 Dagangan." *Jurnal Lentera* 21(1): 79–85. <https://Www.Neliti.Com/Id/Publications/472281/Penggunaan-Aplikasi-Tik-Tok-Sebagai-U,Lm>
- Tunnisya, K., Yulyana, N., & Yuniarti, Y. (2024). Pengaruh media video terhadap pengetahuan remaja tentang menarche. *Journal of Nursing and Public Health*, 12(2), 112–120. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/jnph/article/view/7388>
- Umiyati. 2021. "Aktivitas Fisik." 4(1): 6.
- Utami, R., Dewi, L., & Anggraini, S. (2024). Media digital sebagai sarana edukasi kesehatan pada remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 45–53. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpki/article/view>
- Utari, D. P. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu tentang Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Dini Pada Bayi 0-6 Bulan. *Statistical Field Theor*, 53(9), 1689–1699. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/5848/>
- Vinna, Milda, Br Payung, Joen Parningotan Purba, Tri Widia, Astuti Tamba, Thomas Pendidikan, Olahraga Universitas, And Quality Berastagi. "Hubungan Aktivitas Fisik Harian Dengan Tingkat Kebugaran Mahasiswa Pendidikan Jasmani." (1): 121–25. [Http://Ejournal.Ust.Ac.Id/Index.Php/Aquinas/Index%0Ap-IS](http://Ejournal.Ust.Ac.Id/Index.Php/Aquinas/Index%0Ap-IS)
- Wibowo, A., Santoso, B., & Hidayat, T. (2024). Efektivitas media video dalam edukasi kesehatan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(2), 101–109. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpki/article/view>
- Yang, C. C., Holden, S. M., & Carter, M. D. (2022). Social media and adolescent health behavior. *Health Psychology Review*, 16(2), 1–15. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17437199.2022.2037448>