

DAFTAR PUSTAKA

1. Perkeni. Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus tipe 2 di Indonesia [Internet]. Jakarta; 2021. Available from: <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
2. Fatmawati TY, Chandra F, Efni N. Perilaku Mahasiswa dalam Pencegahan Obesitas. 2023;12(1):201–6.
3. World Health Organization. Physical Activity [Internet]. 2022. Available from: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/physical-activity#:~:text=Regular physical activity>
4. World Health Organization. Obesity [Internet]. 2021. Available from: <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/6-facts-on-obesity.%0D>
5. Badan Pusat Statistik Indonesia. Prevalensi Obesitas Pada Penduduk Umur > 18 Tahun Menurut Jenis Kelamin [Internet]. 2018. Available from: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTc4MSMy/prevalensi-obesitas-pada-penduduk-umur-18-tahun-menurut-jenis-kelamin.html>
6. Kemenkes. Daftar Frequently Asked Questions (FAQ) Seputar Hasil SKI 2023. 2023;29. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-question-seputar-hasil-utama-ski-2023/>
7. Noviardhi A, Larasati MD. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Deteksi Dini Risiko Penyakit Tidak Menular Selama Pandemi Covid-19. JMM (Jurnal Masy Mandiri). 2021;5 (5)(5):2537–47.
8. Kemenkes RI. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. 2023;450. Available from: https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/17169067256655eae5553985.98376730.pdf
9. Sumarni, Bangkele EY. Persepsi Orang Tua, Guru, dan Tenaga Kesehatan Tentang Obesitas Pada Anak dan Remaja. 2023;9(1):58–64.
10. Mardiana, Yusuf M, Sriwiyanti. Hubungan Beberapa Faktor Dengan Kejadian Obesitas Remaja Di Palembang. 2022;17(1):63–70.
11. Salim BRK, Wihandani DM, Dewi NNA. Obesitas sebagai faktor risiko terjadinya peningkatan kadar trigliserida dalam darah: tinjauan pustaka. Intisari Sains Medis. 2021;12(2):519–23.
12. Dearta AS. Terapi dislipidemia Untuk Mencegah Resiko Penyakit Jantung Koroner. Indones J Nurs Heal Sci. 2020;1:15–24.
13. Purnomo E. the Effect of Drinking Cattle Flower Tea on Weight Reduction and Cholesterol. Medikora. 2023;22(2):22–32.

14. Yudiastama ES, Handayani S, Wirawan. Perbandingan , Dan Hedonik Sediaan Teh Celup Tunggal Bunga Telang (*Clitoria Ternatea L.*) Dengan Kombinasinya. *Teknologi Pangan*. 2023;17(2).
15. Susilawati. *Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat* *Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat*. Perak Malahayati Pengabdian Kpd Masy. 2025;7(27):201–11.
16. Septian F, Suryani C, Salya V, Amanda D, Ulandari S, Ar- H. Studi Etnobotani Dan Pemanfaatan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea L.*) Di Sekitar Laboratorium Biologi Unimed Sebagai Infused Water Bagi Kesehatan Ethnobotany and Utilization of Butterfly Pea (*Clitoria ternatea L.*) around the Unimed biology laboratory a. 2025;16945–50.
17. Syafa' Atullah AQ, Amira A, Hidayati S, Mahfud M. Anthocyanin from butterfly pea flowers (*Clitoria ternatea*) by ultrasonic-assisted extraction. *AIP Conf Proc*. 2020;2237(June).
18. Suryana MR. Ekstraksi Antosianin Pada Bunga Telang (*Clitoria Ternatea L.*): Sebuah Ulasan. *Pas Food Technol J*. 2021;8(2):45–50.
19. Utami F, Indarto D, Listyawati S, Rajab AA. A Systematic Review of Butterfly Pea Flowers (*Clitoria ternatea L.*) in Reducing Body Weight and Improving Lipid Profile in Rodents with Obesity. *Amerta Nutr*. 2023;7(4):638–45.
20. Indriyati F et al. Systematic Review: The Potential of Butterfly Pea Flower (*Clitoria ternatea*) as Antidiabetic. *Generics J Res Pharm Accept* 4 Mei. 2022;2(1):1–8.
21. Permatasari HK, Nurkolis F, Gunawan W Ben, Yusuf VM, Yusuf M, Kusuma RJ, et al. Modulation of gut microbiota and markers of metabolic syndrome in mice on cholesterol and fat enriched diet by butterfly pea flower kombucha. *Curr Res Food Sci* [Internet]. 2022;5(August):1251–65. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.crfs.2022.08.005>
22. Marpaung AM. Tinjauan manfaat bunga telang (*clitoria ternatea l.*) bagi kesehatan manusia. *J Funct Food Nutraceutical*. 2020;1(2):63–85.
23. Ansori A, Sekaringgalih R, Rachmah ANL, Susanti Y, A'yun AQ, Lestari IP. Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea L.*) Di Desa Bagorejo Kabupaten Banyuwangi. *SELAPARANG J Pengabdian Masy Berkemajuan*. 2023;7(3):2026.
24. Tim Pokja SDKI PPNI. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: DPP PPNI; 2017.
25. Saraswati SK, Rahmaningrum FD, Pahsya MNZ, Wulansari A, Ristantya AR, Sinabutar BM, et al. Literature Review : Faktor Risiko Penyebab Obesitas. 2021;70–4.
26. Purhadi. Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Konsumsi Fast Food Terhadap Kejadian Obesitas Di SMK Gajah Mada Purwodadi. 2022;7(2).
27. Sumbono A. *Seri Biokimia Pangan Dasar*. 2021;
28. Aiman U, Inayah N, Riskika F, Rakhman A, Fitriyah SI. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih Pada*

- Siswa MAN 2 Palu. 2025;6(1):60–9.
29. WHO. Obesity Task Force). International Association for the Study of Obesity. The Asia – Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. 2000.
 30. Kemenkes RI. Pedoman Gizi Seimbang. 2014;
 31. Mahmoud R, Kimonis V. Genetics of Obesity in Humans : A Clinical Review. 2022;1–15.
 32. Kuswandi PC, Rahayu T. Remaja Putri Yang Mengalami Obesitas Di Yogyakarta Correlation Analysis Of Body Mass Index (BMI) In Families Of Obese Young Women In Yogyakarta. 2022;11(1):1–6.
 33. Kemenkes. FactSheet Obesitas Kit Informasi Obesitas PDF. 2021;1–8.
 34. Faridi A, Putri NR, Hutomo CS, Rahmaniah, Rasmaniar AHA, Nasution E, et al. Gizi Dalam Daur Kehidupan. 2022.
 35. Firdausi NQ. Literature Review Dampak Screen Time Terhadap Obesitas Remaja. *Indones J Biomed Sci Heal Sej Artik Disubmit*. 2023;3(1):24–31.
 36. Boutari C, Mantzoros CS. pandemic appears to be receding , the obesity and dysmetabolism pandemic continues to rage on. 2022;133.
 37. Muscogiuri G, Tuccinardi D, Nicastro V, Barrea L, Colao A. Sleep disturbances : one of the culprits of obesity-related cardiovascular risk ? *Int J Obes Suppl [Internet]*. 2020;62–72. Available from: <http://dx.doi.org/10.1038/s41367-020-0019-z>
 38. Kemenkes. Pedoman Umum Pengendalian Obesitas [Internet]. 2015. Available from: https://extranet.who.int/ncdccs/Data/IDN_B11_Buku Obesitas-1.pdf
 39. Nugroho AA, Kurniawati R. Manfaat Eksreak Teh Hjau Terhadap Penurunan Berat Badan. *J Ilm Keperawatan [Internet]*. 2020;1(1). Available from: <https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA/article/view/15https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA/article/view/15>
 40. Hidayat¹ SP, Widowati¹ T. Analisis Hasil Penggunaan Ramuan Daun Jati Belanda Untuk Penurunan Berat Badan Di Desa Purwareja. *Beauty Beauty Heal Educ J [Internet]*. 2023;12(2):68. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/bbhe>
 41. Ayu Martini NK, Ayu Ekawati NG, Timur Ina P. Pengaruh Suhu dan Lama Pengeringan Terhadap Karakteristik Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea L.*). *J ITEPA [Internet]*. 2020;9(3). Available from: <https://jurnal.harianregional.com/itepa/full-67759>
 42. Purba EC. Kembang telang (*Clitoria ternatea L.*): pemanfaatan dan bioaktivitas. *EduMatSains*. 2020;4(2):111–24.
 43. Purwanto UMS, Aprilia K, Sulistiyani. Antioxidant Activity of Telang (*Clitoria ternatea L.*) Extract in Inhibiting Lipid Peroxidation. *Curr Biochem*. 2022;9(1):26–37.
 44. Febrianti F, Widyasanti A, Nurhasanah S. Aktivitas Antibakteri Ekstrak Bunga

- Telang (*Clitoria ternatea* L.) terhadap Bakteri Patogen. *ALCHEMY J Penelit Kim.* 2022;18(2):234.
45. Zahara M. Ulasan singkat: Deskripsi Kembang Telang (*Clitoria ternatea* L.) dan Manfaatnya. *J Jeumpa.* 2022;9(2):719–28.
 46. Rizkawati M, Fairuz RA, Absari NW. Potensi Tanaman Herbal Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Alternatif Antihipertensi. 2023;9(1):43–50.
 47. Zilmi LR, SWeni L, Arifandi F. Uji Antidiabetes Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Cempaka Putih Jakarta Pusat Antidiabetic Test of Butterfly Flower (*Clitoria ternatea*) Type 2 Diabetes Melitus Patients at Cempaka Putih Health Center, *Centr. Maj Sainstekes.* 2024;11(1):1–9.
 48. Ramdan SRK, Alviansyah A. Penetapan Kadar Antosianin Ekstrak Etanol Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) dengan Metode Differensial pH. 2023;02(03):145–62.
 49. Marlina H, Hayana H, Ismainar H. Program Edukasi Kesehatan: Upaya Preventif terhadap Penularan Covid-19 di SMA Negeri 2 Siak Hulu Provinsi Riau. *J Pengabd Kpd Masy Nusa Mandiri.* 2021;3(1):23–8.
 50. Mahendra D, Jaya IMM, Lumban AMR. Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Progr Stud Diploma Tiga Keperawatan Fak Vokasi UKI.* 2019;1–107.
 51. Widodo B. Pendidikan Kesehatan Dan Aplikasinya di SD/MI. *Madrasah J Pendidik dan Pembelajaran Dasar.* 2016;7(1):12.
 52. Katuuk ME, Sitorus R, Sukmarini L, Studi P, Keperawatan I, Kedokteran F, et al. Keperawatan Pasien Diabetes Melitus Diabetes Federation (IDF) menyebutkan gangguan metabolisme yang ditandai dengan dan memelihara pengetahuan dan kemampuan berdasarkan kiat dan ilmu keperawatan yang Teori Self Care Orem . Teori ini dipandang suatu kond. *J Keperawatan.* 2020;1–22.
 53. Muhlisin A, Irdawati. Teori self care dari Orem dan pendekatan dalam praktek keperawatn. *Ber Ilmu Keperawatan [Internet].* 2010;2(2):97–100. Available from: https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/2044/BIK_Vol_2_No_2_9_Abi_Muhlisin.pdf?sequence=1
 54. Ibrahim N. Perencanaan Pembelajaran Teoretis dan Praktis. *Mitra Abadi.* 2014. 1–244 p.
 55. Tri Mulyati. Penerapan Metode Demonstrasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV SD Negeri 005 Simpang Raya Kecamatan Singingi Hilir Tahun Pelajaran 2018/2019. *Elem J Inov Pendidik Dasar.* 2021;Vol. 1 No.(2):35–43.
 56. Sukesih DNAS, Usman, Budi S. Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Kesehatan tentang Pencegahan Covid-19 di Indonesia. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan.* 2020;258–64.
 57. Susilawati R, Pratiwi F, Adhisty Y. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Disminorhoe terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengena Disminorhoe di Kelas XI SMAN 2 Banguntapan Effect of Health Education Level of Knowledge about Disminorhoe teen Prinuess Disminorhoe on in Class XI SMAN 2. *Jurnal.* 2022;3(2):37–54.
 58. Feleke BT, Wale MZ, Yirsaw MT. Knowledge, attitude and preventive practice

- towards COVID-19 and associated factors among outpatient service visitors at Debre Markos compressive specialized hospital, north-west Ethiopia, 2020. *PLoS One* [Internet]. 2021;16(7 July):1–15. Available from: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0251708>
59. Aini Djunet N, Rizkawati M. Antiobesity Potential of Butterfly Pea Flower (*Clitoria Ternatea*): A Literature Review. *J Ilm Kedokt Wijaya Kusuma*. 2023;12(2):158.
 60. Dahniar A. Memahami Pembentukan Sikap (Attitude) Dalam Pendidikan Dan Pelatihan. *Tatar Pas J Diklat Keagamaan*. 2019;13(2):202–6.
 61. Soemarti L, Kundrat K. Faktor yang Mempengaruhi Perubahan Perilaku Masyarakat dalam Pemanfaatan Sampah Domestik untuk Bahan Baku Pembuatan (MOL) Sebagai Upaya Meningkatkan Sanitasi Lingkungan dalam Mendukung Gerakan Indonesia Bersih. *J Pengabdian Kpd Masy*. 2022;12(2):141–54.
 62. Wahyuni S, Alathief M, Syahputra M, Humaira K, Iqlima A, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh D, et al. Kampanye Edukasi Gizi Dan Pengolahan Bunga Telang Sebagai Minuman Kesehatan Di Desa Geulanggang Gampong. *Communnity Dev J*. 2024;5(2):3369–74.
 63. Nurdin KN, Rahmadhani S, Putri N, Amini R, Hartini PT. Implementasi Pemanfaatan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Sebagai Solusi Herbal Dalam Manajemen Hipertensi Dan Gula Darah. 2026;
 64. Ferdiansyah M, Masfufah U. Perkembangan Dewasa Madya Sebuah Studi Kasus. *Flourishing J*. 2023;2(9):598–604.
 65. Widyastuti PA, Noer ER, Margawati A. Socioeconomic , demographic , and lifestyle factors associated with adolescent obesity in Indonesia: Analysis of Indonesia Health Survey 2023 data Faktor sosial ekonomi , demografi , dan gaya hidup yang berhubungan dengan obesitas remaja di Indonesia : A. 2026;11(1):1–11.
 66. Puspitasari A, Sutrisno RY, Hanim S. Association Between Physical Activity and Sociodemographic Factors with Obesity Among Adults in Jakarta : Analysis of the 2023 Indonesian Health SURVEY. 2026;17(1):1–16.
 67. Fitri NK, Sari DK, Lipoeto NI. Anthropometric and body composition analysis in obese and non-obese subjects in three major cities in Indonesia: A cross-sectional study. *Hum Nutr Metab* [Internet]. 2024;37(April):200271. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.hnm.2024.200271>
 68. Alfarisi R, Nurfadilah DW, Shakira D. Tingkat Pengetahuan Tentang Obesitas Pada Masyarakat Dusun Sumber Sari Desa Taman Sari Kecamatan Gedong Tataan. *J Ilmu Kedokt dan Kesehat* [Internet]. 2022;9(4):2549–4864. Available from: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>
 69. Falya Y, Sindy Putri Pratama SP, Liu LD, Syafiq MF, Mulyani A, Suharyani I. Upaya Peningkatan Pengetahuan Siswa SMAN 5 Cirebon Terhadap Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Sebagai Minuman Kesehatan. *GEMAKES J Pengabdian Kpd Masy*. 2024;4(1):39–43.
 70. Rina Aritonang T, Pangaribuan M, Ocktryna Silitonga R, Nirwana Sani A, Aprida Amelia A. Edukasi Pemanfaatan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Dalam

- Pencegahan Dan Pengendalian Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Rw 05 Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi. 2026;7(1):89–95.
71. Permana Putra FR, Budi Prasetyo, Agustina Puji Lestari, Arina Nurul Ihsani. Efektivitas Leaflet dan Game Edukasi Powerpoint Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Pencegahan Obesitas Pada Remaja. *J Ris Gizi*. 2025;13(2):100–6.
 72. Fatima S, Besse Marda A, Selvi N, Setiawan IP, Afni N. Pengaruh Motivasi dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa SDN Tabaringan 5. 2022;5(3):671–80. Available from: <http://journal.stkip-andi-matappa.ac.id/index.php/dikdas>
 73. Muis Nurfadillah, Jamalia M.N, Majid Ahmad Risal. Dampak Motivasi Sebagai Instrumen Penunjang Peningkatan Hasil Belajar Siswa: Literature Review. *J Pendidik dan Konseling [Internet]*. 2022;4(4):6635–41. Available from: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/jpdk/article/view/27652>
 74. Miratunnisa M, Satriani S, ... Efektivitas Pendidikan Gizi Melalui Media Video Dan Motion Graphic Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Mengenai *J Kesehat Tambusai*. 2023;4(September):4054–68.
 75. Kubillawati S, Sabaruddin EE, Aprianda N. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Obesitas Pada Remaja. 2022;XI(1):1–11.
 76. Utami FR, Yasmin A, Srihartantri F, Ramadhania F, Safitri FM, Ambarwati I, et al. Pengaruh Video Penyuluhan Kesehatan. 2021;5(1):12–23.
 77. Kinansi RR, Shaluhiyah Z, Kartasurya MI, Sutiningsih D, Adi MS. Pengetahuan , Sikap dan Perilaku tentang Obesitas pada Wanita Usia Produktif di Dukuah Pendahuluan Obesitas saat ini menjadi permasalahan dunia bahkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendeklarasikan sebagai epidemic Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) y. 2023;11.
 78. Zulferi Z, Puteri UM, Amos J. Pengaruh Media Teka Teki Silang Dalam Penyuluhan Overweight Dan Obesitas Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Kelas X Man 1 Kota Padang Tahun 2022. *Menara Ilmu*. 2022;16(2):188–96.
 79. Paskawati Adimuntja N, Asriati, Nurdin MA. Perilaku Pencegahan Obesitas pada Mahasiswa Universitas Cenderawasih. *J Promot Prev [Internet]*. 2023;6(2):218–29. Available from: <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
 80. Subandi A, Noerjoedianto D, Parawansa NL. Pencegahan Obesitas Pada Remaja Melalui Intervensi Promosi Kesehatan: Sebuah Pendekatan Holistik Pada Remaja Di SMPN 7 Kota Jambi. 2023;1(November):1003–11.
 81. Yakub AS, Nur M, Saini S, Sehat PH. Edukasi Pencegahan Obesitas dan Diabetes melalui Pola Hidup Sehat di Masyarakat. *J Inov dan Pengabdian Masy*. 2025;05(1):1–9.
 82. Fatmasari EY, Sariatmi A, Wigati PA, Suryawati C, Suryoputro A. Upaya Pencegahan Obesitas Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama Di Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *J Public Heal Community Serv*. 2024;3(1):36–40.
 83. Zulferi, Izzah N, Safyanti, Tisnawati. The Influence of Nutrition Counseling Using

Educational Videos and Group Discussions on the Knowledge and Attitude of Fruit and Vegetable Consumption of Overweight and Obesity Adolescent Students of Class XII of SMKN 6 Padang in 2022. *MENARA Ilmu*. 2023;17(2):130–7.

84. Rahmadhani DT, Rahmad F, Haryatmo. Jumlah makan adalah banyaknya makanan yang dimakan setiap orang atau setiap individu dalam kelompok. *Ahmar Metastasis Heal J* [Internet]. 2023;2(4):207–15. Available from: <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/4.+Pengaruh+Kunjungan+Antenatal+Care+Dan+Pengalaman+Persalinan+Terhadap+Depresi+Pada+Ibu+Hamil.pdf>
85. Meilina R, Rosdiana E, Wirda Ningsih Y, Yulisma A, Alvionida F, Elisiya N. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Teh Herbal Sebagai Aalternatif Pencegahan Penyakit. *J Pengabdian Masy*. 2025;7(1):41.
86. Hartono A, Anas N. Sosialisasi Pemanfaatan Kembang Telang (*Clitoria ternatea L .*) sebagai Minuman Herbal Masyarakat di Desa Bandar Khalipah Kecamatan Percut Sei Tuan. *Sinar Sang Surya (Jurnal*. 2024;8(1):238–43.
87. Ningrum WA, Rahmasari KS, Waznah U, Rachim RA, Supriyanto L. Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Sebagai Minuman Kesehatan Pada Ibu-Ibu Aisyiyah Desa Bligorejo Pekalongan. 2026;3(12):6911–7.
88. Lubis I, Rahayu S, Syafira LT, Friska M, Sinaga M, Khailila R, et al. Peran Kader Posyandu dalam Meningkatkan Partisipasi Ibu Balita. *J Profesi Kesehat Masy*. 2021;2(1):31–54.
89. Winarti E, Sunarto T. Partisipasi Dan Keterlibatan Masyarakat Dalam Implementasi Program 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Puskesmas : Pendekatan Teori Perilaku Terencana (Theory of Planned Behavior). *J Kesehat Tambusai*. 2024;5(1):566–87.