

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, O., Farizki, R., & Hanipah, H. (2022). Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Pada Lansia. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 12(1), 18–25. <https://doi.org/10.52263/jfk.v12i1.241>
- Agus, I. P., Hita, D., Juliansyah, M. A., & Pranata, D. (2022). Hubungan kadar kolesterol dan tekanan darah dengan status gizi lansia member senam di masa pandemi covid-19. *Jurnal Multilateral*, 21(1), 31–42. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjk%0AHubungan>
- Ahnia, S., Ratnasari, D., & Wahyani, A. D. (2022). Hubungan Asupan Makan, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Dengan Kadar Kolesterol Darah Pra Lansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Losari. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 4(01), 36–44
- Akbar, Z. A., & Dainy, N. C. (2023). Hubungan Status Gizi, Jenis Kelamin, Aktivitas Fisik, dan Asupan Serat Terhadap Fungsi Kognitif pada Pralansia di Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 99. <https://doi.org/10.24853/mujg.4.2.99-109>
- AKG. 2019. Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019
- Almatsier, S. (2002) *prinsi dasar ilmu gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Andari, I. D. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Journal of Technology and Food Processing (JTFFP)*, 3(02), 62–68. <https://doi.org/10.46772/jtffp.v3i02.1283>
- Anita Sriwaty Pardede. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Lansia Di Wredha Rineksa Daerah Binaan Puskesmas Tugu Kota Depok. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 42–53. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i1.839>
- Apriany, R. E. A., & Mulyati, T. (2012). Asupan Protein, Lemak Jenuh, Natrium, Serat Dan IMT Terkait Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Rsud Tugurejo Semarang. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 21–29. <https://doi.org/10.14710/jnc.v1i1.737>
- Ariadi, D, Astuti, M, I, Malelak. 2015. Analisa Hubungan Financial Literacy dan Demografi dengan Investasi, Saving dan Konsumsi. *Journal of Finsta*, Volume 3 No. 1. Hal. 7-12.
- Ariani , A. (2017). *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Asra & sumiati. (2007). *Metode Pembelajaran Pendekatan Individual*. Bandung: Rancaekek Kencana.
- Atika, & Nur, A. (2024). Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pegawai Pesantren Dar El Hikmah. *Journal Of Social Science*

Research, 4(1), 3952–3962.

- Ayu, A. M., Mutalazimah, M., & Herawati, I. (2017). Hubungan Frekuensi Senam Aerobik dan Asupan Kolesterol terhadap Kadar Kolesterol Darah Wanita Usia Subur di Pusat Kebugaran Syariah Agung Fitnes Makamhaji. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 74–82. <https://doi.org/10.23917/jurkes.v10i2.5536>
- Bagas, R., & Indah, M. (2022). Kajian Tingkat Pendidikan Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Geografi*, 2477-8192
- Baxter, R., N. Hastings, A. Law, and E. J. Glass. 2018. “Kolesterol Pada Tubuh.” *Animal Genetics* 39(5): 561–63.
- B, H., Akbar, H., Langingi, A. R. C., & Hamzah, S. R. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 5(1), 194–201. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v5i1.10039>
- Damayanti, S., Amirus, K., & Aji Perdana, A. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Pada Usia Lanjut Di Wilayah Kerja Puskesmas Bukoposo Kabupaten Mesuji. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(4), 1131–1137. <https://doi.org/10.33024/jmm.v7i4.12371>
- Dewi Pertiwi Dyah Kusudaryati, Retno Dewi Noviyanti, & Tiya Wahyuningsih. (2022). Edukasi Mengenai Asupan Protein Dan Pemeriksaan Status Gizi Lansia Di Posyandu Kenanga Desa Genjeng Weru Sukoharjo. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(1), 13–19. <https://doi.org/10.55606/jppmi.v1i1.234>
- Dewi Zaqia, A. (2023). Hubungan Asupan Serat, Cairan, Dan Lemak Dengan Kategori Konstipasi Pada Lansia Di Posyandu Arum Kusuma Jepara. *NUTRIZIONE (Nutrition Research and Development Journal)*, 03(02), 1–9.
- Di Ciaula, A., Garruti, G., Baccetto, R. L., Molina-Molina, E., Bonfrate, L., Wang, D. Q. H., & Portincasa, P. (2017). Bile acid physiology. *Annals of Hepatology*, 16, s4–s14. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0010.5493>
- Faridi, A., Setiawati Rahayu, N., Werdhasari, A., Kesehatan Bandara Bungo Jambi, K., & Kesehatan, K. R. (2020). Karakteristik, Aktifitas Fisik dan Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Lansia di Panti Tresna Werdha. *Media Gizi Pangan*, 27(1), 149–157.
- Fatwa, A., Awaru, T., & Bahar, B. (2021). Gambaran Status Gizi dan Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Pedesaan. *Gorontalo Journal of Nutrition and Dietetic*, 1(1), 22–29.
- Fuad, H., & Putri, E. O. (2024). Gambaran Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah, Kolesterol Dan Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Analis Kesehatan*, 13(2), 99–104.
- Gusmayani, Y., Anggraini, H., & Nuroini, F. (2021). Perbedaan Kadar Kolesterol Serum Metode Spektrofotometri dan Metode Point of Care Testing (POCT).

Jurnal Labora Medika, 5(1), 24–28.

Haerani, Y., Sulaiman, L., & Sismulyanto, S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Gizi Lansia Melalui Penyuluhan dan Pendampingan di Panti Sosial Lanjut Usia Mandalika Dinas Sosial Provinsi NTB. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(7), 2021–2029. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i7.6164>

Iqbal Febrianto Lesar, Dewi Modjo, & Sudirman, A. A. (2023). Hubungan Antara Kadar Kolesterol Dalam Darah dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Pkm Tabongo Kabupaten Gorontalo.

Isfarudi, I., Pd, M., Suhardi, D. A., Si, S., Canty, A., Zamil, F., Des, S., Junianto, H., & Kom, S. (2019). *Metode Sampling Penulis : Prof . Akhmad Fauzy , S . Si , M . Si ., Ph . D . ISBN: 978-602-392-688-6 Penelaah MaterPengembang Desain Instruksional Penyunting Perancang Kover dan Ilustrasi Penata Letak Penerbit : Universitas Terbuka Jalan Cabe Raya , Pon (2nd ed.)*. Universitas Terbuka

Kemenkes BKPK. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. Kementerian Kesehatan Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Kemenkes RI. (2012). Pedoman Pelayanan Gizi lansia. Jakarta; Kementerian Kesehatan.

Kemenkes RI. (2016). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta; Kementerian Kesehatan.

Kementerian Kesehatan RI. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementrian.

Kementrian Kesehatan RI. (2014). Studi Diet Total (SDT) 2014. Survei Konsumsi Makanan Individu Indonesia. Jakart: Badan Litbangkes.

Jakarta: Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementrian.

Kholifah, N. S. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta selatan: Pusdik SDM Kesehatan.

Kimura, Y., Yoshida, D., Hirakawa, Y., Hata, J., Honda, T., Shibata, M., Sakata, S., Uchida, K., Kitazono, T., & Ninomiya, T. (2021). Dietary fiber intake and risk of type 2 diabetes in a general Japanese population: The Hisayama Study. *Journal of Diabetes Investigation*, 12(4), 527–536. <https://doi.org/10.1111/jdi.13377>

Kushargina, R., Dainy, N. C., & Suryaalamshah, I. I. (2022). Edukasi Lansia Dengan Pendekatan Health Belief Model: Lansia “Serasi” (Sehat Dengan Makan Sayur Dan Buah Setiap Hari). *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(1), 451. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i1.6430>

Kusumadewi, S. R., & Farapti. (2023). Hubungan asupan lemak dengan lemak visceral pada lansia di griya werdha surabaya. *Jurnal Kesehatan Tambusai*,

4(4), 6387–6393.

- Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI). (2014). Kategori Asupan Zat Gizi. Widyakarya Nasional Pangan Dan Gizi VIII (WNPG).
- Maria Ginting, W., Sudaryati, E., & Sarumpaet, S. (2018). Pengaruh Asupan Protein Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur Dengan Obesitas Di Puskesmas Patumbak Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 4(1), 15–18.
- Melati, F. D. P., Lusviana, F., & Inayah, W. (2021). Asupan Lemak Jenuh dengan Kadar Kolesterol pada Kelompok Lanjut Usia Kolesterol. *Jurnal Nutrisia*, 23(1), 44–51. <https://doi.org/10.29238/jnutri.v23i1.205>
- Mokoginta, F. S., Budiarto, F., & Manampiring, A. E. (2016). Gambaran pola asupan makanan pada remaja di Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.4.2.2016.14618>
- Muhandri, T., Septieni, D., Koswara, S., & Hunaefi, D. (2018). Cookies Kaya Serat Pangan dengan Bahan Dasar Tepung Asia (Ampas) ubi Jalar. *Jurnal Mutu Pangan*, 5(1), 43–49.
- Mujiadi, & Rachman, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Geontik*. Mojokerto: STIKES Majapahit Mojokerto.
- Mulyasari, E. W., & Srimati, M. (2020). Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik dan Tingkat Stress dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa (18-60 Tahun). *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(2), 83–92. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i2.2>
- Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurhidayati, I., Suciana, F., & Septiana, N. A. (2021). Status Gizi Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Jogonalan I. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 180. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.764>
- Permata Sari, D., Bayu Hansah, R., & Suharni. (2017). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Puskesmas Andalas. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 3(1), 34–41. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Permenkes RI No. 25, 2016. Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019. Menkes RI.
- Prastiwi, D. A., Swastini, I. G. A. A. P., & Sudarmanto, I. G. (2021). Gambaran kolesterol total pada lansia di Puskesmas I Denpasar Selatan. *Meditory : The Journal of Medical Laboratory*, 9(2), 68–77. <https://doi.org/10.33992/m.v9i2.1526>

- Ramadhan, R. (2023). Analisis Status Gizi Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(1), 23–30.
- Rarastiti, C. N. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indonesian Journal of Nutrition Science and Food*, 2(1), 30–34. <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/IJNuFo/about>
- Ratnawati, E. (2018). *Asuhan Keperawatan gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Bara Press.
- Ratnawati, E. 2017, *Asuhan keperawatan gerontik*.yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rina, H., & Bukhari. (2022). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Dua. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 1385.
- Riskyana, C. D., Kumala, M., Kedokteran, F., Tarumanagara, U., Ilmu, B., Fakultas, G., & Universitas, K. (2023). Status Gizi Lansia Panti Werdha Hana Dan Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Dengan MNA Dan IMT. *EBERS PAPYRUS*, 29(1), 123–128.
- Romli, L. Y., & Wulandari, Y. F. (2020). Analisis konsumsi serat dengan intensitas kejadian konstipasi pada lansia. *Jurnal Keperawatan*, 18(2), 72–81.
- Rosmaini,Rosmaini, Widia Ika Melrisda, and Yuri Haiga. 2022. “Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Buaya Tahun 2019”. *Scientific Journal* 1 (2):101-10.
- Santoso, A. (2011). Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. Magistra
- Saidin, M. (2020). Kandungan kolesterol dalam berbagai bahan makanan hewani. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 27(2), 224–230. <http://ejournal.litbang.kemkes.go.id/index.php/BPK/issue/view/66>
- Septianggi, F. N., Mulyati, T., & K, H. S. (2013). Hubungan Asupan Lemak dan Asupan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Total pada Penderita Jantung Koroner Rawat Jalan di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2(2), 13–20.
- Shofiah, F., Mohamad, S., Burhanudin, I., & Tri, A. (2021). Tingkat Pendidikan Dan Keaktifan Kunjungan Terhadap Status Gizi Lansia. *Herb Medicine Journal*, 21.
- Sriahayu, A. (2011). faktor yang berhubungan dengan status gizi lansia di panti sosial tresna werdha gau mabaji kabupaten gowa tahun 2011. *jurusan kesehatan masyarakat fakultas ilmu kesehatan universitas islam negri alauddin maksar*, 30.
- Sugianty Derris. (2008). *Hubungan Asupan Karbohidrat, Protein, Lemak, Natrium Dan Serat Dengan Tekanan Darah Pada Lansia*. 21.

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suli, K., Abdullah, A. M., & Dewi, A. P. (2022). Hubungan Tingkat Kecukupan Lemak, Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Di Pekon Tambah Rejo Barat Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(2), 52–58.
- Sulistiawati, F., Dewi, B., & Septiani, S. (2022). Hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi lansia di desa jenggik kabupaten lombok timur. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 4(3), 952–959. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Thamaria, N. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia.
- Trisartiaka, R. C., & Agustina, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1), 100–108. <https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.816>
- WHO. World Health Statistics: 2018. Geneva; 2018
- Widiyawati, E., Ratnaningsih, N., & Lastariwati, B. (2020). Uji Kesukaan dan Kandungan Gizi Millet Crispy dari Tepung Millet sebagai Snack Alternatif Sumber Serat. *Warta IHP*, 37(1), 66–73.
- Wirdayana, W., & Rahmad, A. H. (2023). Asupan Serat dan Cairan terhadap Konstipasi pada Masyarakat Lanjut Usia di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 16(1), 38–47. <https://doi.org/10.30867/nasuwakes.v16i1.418>
- (WNPG). 2014. *Pemantauan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal*. Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- Woi, F. M., Jutomo, L., & Toy, S. M. (2025). Kajian Masalah Kesehatan , Tingkat Konsumsi Energi dan Protein , Serta Status Gizi Lansia di Kota Ende. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 91–103. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i1.4391>
- Yuri Ekaningrum, A. (2021). Hubungan Asupan Natrium, Lemak, Gangguan Mental Emosional, Dan Gaya Hidup Dengan Hipertensi Pada Dewasa Di DKI Jakarta. *Journal Of Nutrition College*, 10(2), 82–92. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Zainuddin, A., & Yunawati, I. (2020). Asupan Natrium Dan Lemak Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Poasia Kota Kendari. *Seminar Nasional Teknologi Terapan Berbasis Kearifan Lokal (SNT2BKL)*, 1, 581–588.
- Zulhar, R. H., & Pratama, C. W. (2022). *Gizi Optimal untuk Lansia : Menjaga Kesehatan dan Kualitas Hidup di Usia Emas*. 460–467.