

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah M. Pengaruh glukomanan terhadap penurunan risiko penyakit stroke iskemik. *Jurnal Ilmu Kesehatan Sandi Husada*. 2019;10(2):2–8.
- Almatsier, S. (2019). *Tata Laksana Gizi* (Edisi ke-8). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Angelin, T.C. et al. (2021) ‘Promoter Genotype in Indonesian School-Age Children’, pp. 0–9.
- Anggraeni, L. D., Toby, Y. R., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Health Journal*, 8(02), 92–101.
- Apriliyanti, Anisa. (2024). Hubungan Deskriptif Status Gizi, Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Kualitas Tidur, dan Aktivitas Fisik terhadap kebugaran Satuan Pengamanan Poltekkes Kemenkes Jakarta II Tahun 2024. Tugas Akhir Program Studi Diploma III Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta II, 1-91.
- Aprisuandani, S., Kurniawan, B., Harahap, S., & Sulistiawati, A. C. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Ukuran Telapak Kaki Pada Anak Usia 11-12 Tahun. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 10(2), 116–121.
- Ahsan, A., Wicaksono, F., & Kristiansen, S. (2020). *Kebijakan Kawasan Tanpa Rokok di Indonesia: Studi Kasus di Lembaga Pendidikan Tinggi*. Jakarta: UI Press.
- Astuti, N. P. T., & Bayu, W. I. (2022). Indeks massa tubuh, pola makan, dan aktivitas fisik: apakah saling berhubungan? *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 1, 154–167.
- Azis, A. A., Pagarra, H., & Asriani. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi dengan Hasil Belajar IPA Siswa Pesantren MTs di Kabupaten Buru. *Jurnal IPA Terpadu*, 1(2), 50–56.
- Azzahra, A., Rizqi, E. R., & Lasepa, W. (2023). Asupan Energi Dan Kualitas Diet Dengan Kejadian Thinness Pada Siswa Sman 1 Kampar. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(3), 242.
- Bardosono, S., Surjadi Handoko, I., Audy Alexander, R., Sunardi, D., & Devina, A. (2020). Asupan Serat Pangan dan Hubungannya dengan Keluhan Konstipasi pada Kelompok Dewasa Muda di Indonesia. *Cermin Dunia Kedokteran*, 47(12), 773.
- Budiman, L. A., Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Alyarizqina, H., Sri, I., Kasim, N. I., Mona, V., & Korwa, I. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Beban Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizone*, 01(1), 8.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Buku Studi Diet Total : Survei Konsumsi Makanan Individu Indonesia 2014*.
- Cazellina, N. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Sentral Pada Petugas Keamanan Dan Kebersihan Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2020. *Skripsi Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 1–202.
- Dahlan, D. N. A. (2020). Analisis Kandungan Serat Kasar dalam Selai Cempedak yang Diperam Secara Tradisional dengan Diperam Menggunakan Karbid. *Jurnal Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Borneo*, 1(2), 64.
- Florentinus Nurtitus, Agung Susanto, T. D. A. (2022). Efektifitas Pemberian Jus Tomat terhadap Lingkar Perut dan Lemak Tubuh pada Tenaga Kesehatan dengan Obesitas. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 45(2), 12.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. (2017). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesional Kesehatan*. Jakarta: EGC.

- Heny Tri Andayani, Festy ladyani, Ringgo Alfarisi, S. P. (2023). Hubungan Lingkar Pinggang dengan Kadar Kolesterol pada Pasien Puskesmas Sumur Batu Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(9), 2755.
- Hita, I. P. A. D., Dewi, K. A. K., Pranata, D., Ariestika, E., & Indrawan, I. K. A. P. (2022). Status Gizi dan Lingkar Perut: Apakah Memiliki Pengaruh Terhadap Tekanan Darah? *Jurnal Marathon*, 1(1), 15.
- Holil M. Par'i, S. W., & Titus Priyo Harjatmo. (2017). *Bahan Ajar Gizi Penilaian Status Gizi* (1st ed.). Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan
- Ispitasari, R., & Haryanti, H. (2022). Pengaruh Waktu Destilasi terhadap Ketepatan Uji Protein Kasar pada Metode Kjeldahl dalam Bahan Pakan Ternak Berprotein Tinggi. *Indonesian Journal of Laboratory*, 5(1), 38.
- Kamilah, S. N., Supriati, R., Haryanto, H., Sipriyadi, & Atmaja, V. Y. (2022). Pemeriksaan Status Gizi berdasarkan Nilai Indeks Massa Tubuh pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN 159 Bengkulu Utara. *Indonesian Journal of Community Empowerment and Service (ICOMES)*, 2(2), 95.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2012). Peraturan Pemerintah Nomor 109 Tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif berupa Produk Tembakau bagi Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes, RI. (2014). Pedoman PGS Kesehatan. *Pedoman Gizi Seimbang*, 1–99.
- Kemenkes. (2018). Mengenal Jenis Aktivitas Fisik. <https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>
- Kemenkes. (2019). Tabel Batas Ambang Indeks Massa Tubuh. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/2/yuk-cari-tahu-berapa-indeks-massa-tubuh-anda>
- Kemenkes. (2019). *Kurang aktivitas fisik berpotensi alami penyakit tidak menular*. September, 1–2.
- Kemenkes. (2021). Yuk, Cari Tahu Berapa Indeks Massa Tubuh Anda. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/2/yuk-cari-tahu-berapa-indeks-massa-tubuh-anda>
- Kemenkes. (2024). Memahami Obesitas: Panduan Praktis Mengukur Indeks Massa Tubuh. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/memahamiobesitaspraktismengukurindeksmassatubuh#:~:text=Ada%20dua%20cara%20umum%20yang%20digunakan%20untuk%20mengukur,Badan%20%28m%29%5D%20...%202%202.%20Mengukur%20Lingkar%20Perut>
- Khuzaimah, F. N., Mutazam, A., & Irawan, D. S. (2024). Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Tekanan Darah pada Pria Dewasa di Desa Kraton Kota Bangkalan. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 68.
- Kivimäki, M. et al.(2022) 'Body-mass index and risk of obesity-related complex multimorbidity: an observational multicohort study', *The Lancet Diabetes and Endocrinology*, 10(4), pp. 253–263.
- Kurnianti, D., & Lestari, P. W. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kelelahan Pada Satpam PT. X Karawang. *Binawan Student Journal*, 5(3), 26–31.
- Kurniawan, B., & Ayu, M. S. (2023). Analisis Pengetahuan dengan Perilaku Merokok pada Remaja. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 8(2), 102.
- Lasabuda, T., Wowor, P. M., & Mewo, Y. (2015). Gambaran Indeks Massa Tubuh (Imt) Jamaah Mesjid Al- Fatah Malalayang. *Jurnal E-Biomedik*, 3(3), 9–12.

- Luthfiya, L., Pibriyanti, K., Nabawiyah, H., Fathimah, F., Ummah, S. K., & Luthfiya, L. (2024). Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Lingkar Perut pada Remaja Putri. *Amerta Nutrition*, 8(1), 74–81.
- Maharja, Rizky. 2015. Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health* Vol. 4 No. 1 : 93–102.
- Mahdalena Sardi, Maulani Nurhabibah Br Tobing, Adistia widani Putri, Afifah Magfirah Nasution, Annisa Pratiwi, Kasni Aldelwis Butar Butar, Rahma Nurlia Putri, Sri Handayani Tumangger, S. S. (2021). Klaim Kandungan Zat Gizi pada Berbagai Kudapan (Snack) Tinggi Serat : Literature Review. *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik Dan Masyarakat*, 1(1), 39–45.
- Mardiana, M., Yusuf, M., & Sriwiyanti, S. (2022). Hubungan Beberapa Faktor Dengan Kejadian Obesitas Remaja Di Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 17(1), 63–70.
- Marieta, A., & Lestari, K. (2021). Narrative Review : Rokok Dan Berbagai Masalah Kesehatan Yang Ditimbulkannya. *Farmaka*, 18, 57.
- Muhamad Wahyu Rizal , Siti Ruqayyah, Sugianto Prajitno, A. M. (2024). Hubungan Asupan Serat, Konsumsi Air Putih, Aktivitas Fisik, Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Konstipasi Fungsional Pada Siswa/ Siswi SMA Negeri 1 Praya Timur, Lombok Tengah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(November), 864–880.
- Muhandri, T., Septien, D., Subarna, & Koswara, S. (2018). Kaya Serat Pangan dengan Dasar Asia Tepung Asia Cookies Kaya Serat Pangan dengan Bahan Bahan Dasar Tepung Ubi Jalar (Ampas) Ubi Jalar. *Jurnal Mutu Pangan*. 5(1): 43–49.
- Mujahida, G., Mangeka, O., Mansur, M. A., & Amir, S. (2023). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro , Serat , dan Natrium Pekerja di Site Awak Mas PT Masmino Dwi Area. *JGMI : The Journal of Indonesian Community Nutrition*.
- Mulyasari, I., & Purbowati, P. (2018). Lingkar lengan atas dan panjang ulna sebagai parameter antropometri untuk memperkirakan berat badan dan tinggi badan orang dewasa. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 7(1), 31–36.
- Nazila, M. R., Sofianita, N. I., Octaria, Y. C., & Fauziyah, A. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Pedagang Makanan Usia Dewasa di Kabupaten Bogor. *Amerta Nutrition*, 7(2), 172.
- Nur, A., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2024). *Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Pegawai Pesantren Dar El Hikmah*. 4, 3952–3962.
- Oktorina, S., Rizki, M., & As, H. (2017). Hubungan Asupan Energi dan Protein Terhadap Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Studi Kasus pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. 1(2), 97–106.
- Peraturan Kepolisian Negara Republik Indonesia. (2020). Peraturan Kepolisian Negara Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 tanggal 05 Agustus 2020 tentang Pengamanan Swakarsa.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia (2019).
- Pratama, A., & Zulfahmidah, Z. (2021). Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa. *Indonesian Journal of Health*, 2(01), 1–7.
- Putri, A. (2020). Mengenal Manfaat Karbohidrat, Jenis dan Risikonya. *Jurnal Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya*.
- Putri Sri Rahayu, Suparman, Maryati Dewi, Fred Agung, W. H. (2022). Asupan energi, asupan protein, aktifitas fisik dan status gizi pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 995–1003.

- Rafifah Ardiana, T., Djauhari Widjajakusumah, M., & Zulfa, F. (2020). Pengaruh Merokok Terhadap Nilai Arus Puncak Ekspirasi Pada Pekerja Satuan Pengamanan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 2020.
- Ratna, S. W., & Aini K, N. H. (2021). Hubungan Durasi Tidur Dengan Kadar Kolesterol Pada Satpam. *Jurnal Borneo Cendekia*, 5(2).
- Rasyid, M. F. A. (2021). Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (IMT). *Jurnal Medika Hutama*, 2(4), 1094–1097.
- Ratumanan, S. P., Achadiyani, & Khairani, A. F. (2023). Metode Antropometri Untuk Menilai Status Gizi : Sebuah Studi Literatur. *Health Information Jurnal Penelitian*, 15, 1–10.
- Rizqa Dhafiningtia, T. S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik, Asupan Energi, Asupan Protein, Makanan Berisiko Terhadap Prevalensi Kejadian Obesitas pada Usia Dewasa Tingkat Kabupaten/Kota. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6), 1117–1126.
- Rosmauli Jerimia Fitriani, A. N. (2025). Hubungan Fast Food dan Lingkar Perut pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. *Jurnal Medika Usada*, 8, 14–17.
- Sambriong, M., Banhae, Y. K., & Abanit, Y. M. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang Dan Pemeriksaan Lingkar Perut Pada Peserta Prolanis Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)*, 1(1), 11.
- Saputra, A. H., Bayu, W. I., Destriani, D., dan Yusfi, H. Survei aktivitas fisik dan kebugaran jasmani pada peserta didik usia 14-16 tahun. *Sriwijaya Journal of Sport*. 2023;3(1), 28–38
- Sri Rejeki, RH Fitri Faradilla, Ilian Elvira, N. (2024). Analisis Asupan Energi, Karbohidrat, dan Serat dari Pangan Pokok di Wilayah Non Pertanian di Kota Baubau 2022. *JURNAL GIZI ILMIAH*, 11, 35–41.
- Stitaprajna, A., & Aslam, M. (2020). Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja PT . Propack Kreasi Mandiri Cikarang. 22(2), 86–93.
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Tandean, N., Mewo, Y., & Wowor. (2015). Gambaran indeks massa tubuh pada anggota senat mahasiswa fakultas kedokteran manado. *Jurnal E-Biomedik (EBM)*, 3, 778.
- Telisa, I., Hartati, Y., & Haripamilu, A. D. (2020). Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA. *Faletehan Health Journal*, 7(03), 124–131.
- Ulinuha, A. B., Widjanarko, B., & Indraswari, R. (2022). Gambaran Perilaku Merokok Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kaliwiro Kabupaten Wonosobo Tahun 2021. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(6), 363–373.
- Utami, N. (2020). Pengaruh Kebiasaan Merokok Orang Tua terhadap Perilaku Merokok Remaja di Indonesia. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3).
- Wulandari, E. N., & Jaya, A. (2023). Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Karyawan PT. Surya Saputra Sentosa di Area Explorasi PT Vale Kec. Pomala Kab. Kolaka Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Kesehatan*, 2(1), 22-28.
- Wolfe, R. R. (2017). Branched-chain amino acids and muscle protein synthesis in humans: myth or reality? *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 14(30)
- World Health Organisation. (2021). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour, Web Annex, Evidence Profiles. In World Health Organisation.
- Zamzami Hasibuan, M. U., & A, P. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Suta Club. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(2), 84–89.