

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Dhubiab, B. E. (2012). Pharmaceutical applications and phytochemical profile of *Cinnamomum burmannii*. *Pharmacognosy Reviews*, 6(12), 125–131. <https://doi.org/10.4103/0973-7847.99946>
- Alaydrus, A. Z. A. (2023). Analisa Kuantitas Sistem Proses Pembuatan Es Krim Berbahan Tambahan Tepung Tempe Kedelai. *Journal of Scientech Research and Development*, 4(2), 179–191. <https://doi.org/10.56670/jsrd.v4i2.63>
- Alfadila, R., Anandito, R. B. K., & Siswanti, S. (2020). Pengaruh Pemanis Terhadap Fisik, Kimia, Dan Sensoris Es Krim Sari Kedelai Jeruk Manis (*Citrus Sinensis*). *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*, 13(1), 1. <https://doi.org/10.20961/jthp.v13i1.40319>
- Amrullah, A., Novieta, I. D., & Rasbawati, R. (2020). Pengaruh Penambahan Agar-Agar Sebagai Bahan Pengental dengan Konsentrasi Yang Berbeda Terhadap Kualitas Daya Leleh dan Nilai Organoleptik Es Krim. *Jurnal Ilmu Dan Industri Peternakan (Journal of Animal Husbandry Science and Industry)*, 6(2), 93. <https://doi.org/10.24252/jiip.v6i2.18314>
- Andini, E. P., Rochmawati, D. H., & Susanto, W. (2023). Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa fik yang akan menjelang ujian akhir semester. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 2(1), 272–282.
- Andini, L. M., Alamsyah, A., & Handito, D. (2024). Pengaruh proporsi susu kedelai dengan susu jagung manis terhadap sifat fisikokimia dan organoleptik es krim nabati [*The effect of proportion of soy milk with sweet corn milk on physicochemical and organoleptic properties of vegetable ice cream*] Pendahul. 4(2), 65–79.
- Anggraini, S. D., Widayat, H. P., & Erika, C. (2024). Studi Pembuatan Es Krim dengan Penambahan Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) dan Buah Sawo Manila (*Manilkara zapota*). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian*, 9(1), 416–427. www.jim.usk.ac.id/JFP
- Ayu Martini, N. K., Ayu Ekawati, N. G., & Timur Ina, P. (2020). Pengaruh Suhu dan Lama Pengeringan Terhadap Karakteristik Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 9(3), 327–340. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i03.p09>
- Badan POM. (2022). *Es Krim Susu (Dairy Ice Cream), Es Krim, dan Es Susu*. Badan Pengawas Obat dan Makanan RI.

- Cisowska, A., Wojnicz, D., & Hendrich, A. B. (2011). Anthocyanins as antimicrobial agents of natural plant origin. *Natural Product Communications*, 6(1), 149–156. <https://doi.org/10.1177/1934578x1100600136>
- Devitasari, I. S. A., Kentjonowaty, I., & Puspitarini, O. R. (2021). Pengaruh penambahan baking powder terhadap overrun dan daya leleh es krim. *Jurnal Dinamika Rekayasa*, 4(3), 346–349. <https://jim.unisma.ac.id/index.php/fapet/article/view/13112%0Ahttps://jim.unisma.ac.id/index.php/fapet/article/download/13112/10289>
- Eliza, N. A. A., & Amalia, N. (2022). Pengetahuan Insomnia pada Remaja Selama Covid 19. *Borneo Student Research*, 3(2), 1941–1946. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/2838/1251>
- Greinaro, B. E., & Silaban, D. Y. L. (2024). Pengaruh asupan protein terhadap kualitas tidur pegawai bank metode consecutive non random sampling protein dan kualitas tidur . *Pengumpulan Juni 2023 , dengan meminta responden stres dan depresi . Perubahan gaya hidup*. 6(1), 30–37.
- Handito, D., Basuki, E., Saloko, S., Dwikasari, L. G., & Triani, E. (2022). Analisis Komposisi Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Antioksidan Alami Pada Produk Pangan. *Prosiding SAINTEK*, 4, 64–70. <https://jurnal.lppm.unram.ac.id/index.php/prosidingsaintek/article/view/41>
- Intan, K., Diani, A., & Nurul, A. S. R. (2021). Aktivitas Anti bakteri Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*) terhadap Pertumbuhan *Staphylococcus aureus*. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 8(2), 121–127. <https://doi.org/10.33653/jkp.v8i2.679>
- Jatnika, A. (2023). *Mengenal 4 Hormon Kebahagiaan*. Ddjabar. <https://ddjabar.org/2023/08/06/mengenal-hormon-kebahagiaan/>
- Khairani, N., Juanita, & Rahmawati. (2022). Gambaran Insomnia Pada Lansia di Kota Banda Aceh. *JIM Fkep*, VI(1), 106–111. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/viewFile/20609/10084>
- Khasanah, S. K., Susanti, S., & Legowo, A. M. (2020). Karakteristik Es Krim Kefir Puree Buah Naga Merah Sebagai Pangan Fungsional Antiobesitas (Characteristics of Red Dragon Fruit Kefir Puree Ice Cream as Functional Food Antiobesity). *Jurnal Teknologi Pangan Dan Gizi*, 19(2), 53–62.
- Kristiana, H. D., Ariviani, S., & Khasanah, L. U. (2012). Ekstraksi Pigmen Antosianin Buah Senggani (*Melastoma malabathricum* Auct. non Linn) dengan Variasi Jenis Pelarut. *Jurnal Teknosains Pangan*, 1(1), 105–109.
- Malkan Bakhrul Ilmi, I., Ayu Arini, F., Quratul Marjan, A., & Firdausiyah Nur Habieb, S. (2023). Kandungan gula es krim yang disukai mahasiswa

- depok. *Journal of The Indonesian Nutrition Association*, 46(2), 221–228.
<https://doi.org/10.36457/gizindo.v46i2.924>
- Marpaung, A. M. (2020). Tinjauan manfaat bunga telang (*clitoria ternatea l.*) bagi kesehatan manusia. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 1(2), 63–85. <https://doi.org/10.33555/jffn.v1i2.30>
- Mita, N. W., Herawati, M. M., Agroteknologi, P. S., Kristen, U., Wacana, S., & Korespondesi, P. (2024). *Analisis Karakteristik Fisik dan Kimia Es Krim Beras Merah (Oryza nivara) dengan Substitusi Sari Kedelai (Glycine max)*. 7(2), 98–110.
- Nasution, M. A., Mardhiati, R., & Hamal, D. K. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gejala Insomnia Pada Siswa Menengah Atas. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 6(2), 173–186. <https://doi.org/10.36971/keperawatan.v6i2.124>
- Nurawigati, P. (2024). *Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Dan Aromatherapi Mawar Terhadap Insomnia Pada Ibu Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikembar Tahun 2023*. 4, 1584–1592.
- Parera, N. T., Bintoro, V. P., & Rizqiati, H. (2018). Sifat Fisik dan Organoleptik Gelato Susu Kambing Dengan Campuran Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*). *Jurnal Teknologi Pangan*, 2(1), 40–45.
- Perdana, S. W. (2021). Efek Pemberian Kandungan Isoflavon pada Kedelai dalam Menurunkan Berat Badan. *Jurnal Medika Utama*, 2(3), 1067–1072. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Prasetyani, W., Fadhilla, R., Angkasa, D., Ronitawati, P., & Melani, V. (2020). *Analisis Nilai Gizi dan Daya Terima Es Krim Sari Kedelai dan Tepung Ampas Kelapa dengan Pewarna Alami Bunga Telang Sebagai Makanan Selingan Untuk Anak Usia Sekolah*. 10(02), 12–32.
- Putri, M. A., Faridah, A., & Fridayati, L. (2014). *Pengaruh Ekstrak Rosella terhadap Kualitas Es Krim Susu Kedelai*. 1–15.
- RI, K. K. (2020). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari
- Saputra, M. R., Syafei, I., Indriani, A. N., & Kamali, A. S. (2024). *Pelatihan Pembuatan Es Krim Sebagai Upaya Peningkatan Keterampilan Dan Pemberdayaan Perempuan (Implementasi Kegiatan di Desa Kadukacang , Kecamatan Cimanuk) Informasi Artikel Es Pemberdayaan , Keterampilan*. 01(September), 47–51.

- Siska, R. N. A., Ulya, K. K., & Dinnar, N. L. (2021). Inovasi Pangan Fungsional Susu Kedelai Dengan Penambahan Bunga Telang dan Kayu Manis untuk Mencegah Insomnia. *Hubisintek*, 2(1), 365–366.
- Supardi, N. (2023). Penyuluhan Tentang Manfaat Sari Kacang Kedelai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu hamil di Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Gowa. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(1), 56–63.
- Sutardi, M. A. G. (2021). Tata Laksana Insomnia. *Jurnal Medika Hutama*, 03(01), 1703–1708.
- Vasilj, I., Herceg, K., Covic, I., Santi, M., Curlin, M., Ljevak, I., Bosnjak, A., Sarac, Z., Kiseljakovi, E., & Babic, R. (2020). Determinants of the covid-19 pandemic in the west herzegovina canton. *Psychiatria Danubina*, 32(7), 221–225. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.14053>
- Wahyuningsih, E. S., Gunarti, N. S., Fikayuniar, L., Rahmawati, I., & Nuraeni, E. (2022). Inovasi Tanaman Jamu Pembuatan Es Krim Temulawak Sebagai Peningkat Nafsu Makan. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 4413–4418. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i3.2990>
- Yuliani, Y., Adhyatma, A., & Agustin, S. (2020). Overrun, kecepatan leleh, kadar vitamin C, dan karakteristik sensoris es krim rosela (*Hibiscus sabdariffa* L.) dengan variasi jenis penstabil. *Journal of Tropical AgriFood*, 2(1), 26. <https://doi.org/10.35941/jtaf.2.1.2020.4018.26-33>
- Yurisna, V. C., Nabila, F. S., Radhityaningtyas, D., Listyaningrum, F., & Aini, N. (2022). Potensi Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) sebagai Antibakteri pada Produk Pangan. *JITIPARI (Jurnal Ilmiah Teknologi Dan Industri Pangan UNISRI)*, 7(1), 68–77. <https://doi.org/10.33061/jitipari.v7i1.5738>
- Yuwanda, A., adina budipratama, A., & Budiastuti Farmasita, R. (2023a). Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii* (Nees & T. Nees) Blume): Review tentang Botani, Penggunaan Tradisional, Kandungan Senyawa Kimia, dan Farmakologi. *Journal of Pharmacy And Halal Studies (JPHS)*, 1(1), 17–22. <https://doi.org/10.70608/3mk0s904>
- Yuwanda, A., adina budipratama, A., & Budiastuti Farmasita, R. (2023b). Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii* (Nees & T. Nees) Blume) Review tentang Botani, Penggunaan Tradisional, Kandungan Senyawa Kimia, dan Farmakologi. *Journal of Pharmacy And Halal Studies (JPHS)*, 1(1), 17–22.
- Zamzani, Z. M., Nurdiansyah, M. R., & Yana, B. Yu. (2023). Deteksi Stres Manusia Melalui Analisis Tidur Dengan Metode Fuzzy. 1(1), 54–67. <https://doi.org/10.61434>