

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiyani, A. P. 2021. Survei Pola Makan dan Kesehatan Mahasiswa Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Gadjah Mada yang Indekos di Yogyakarta pada Masa Pandemi COVID-19. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada Fakultas Teknologi Pertanian
- Ali Khomsan dan Faisal Anwar. 2008. Sehat Itu Mudah. Hikmah: Jakarta. Hal. 34.
- Almatsier, S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ampera Miko, Melsy P. 2017. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, Mei 2017; 2(1): 1-5. Program Studi D-III Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh
- A.M. Sugeng Budiono, dkk., 2003, Bunga rampai Hiperkes & KK, Semarang: Badan Penerbit Undip
- Angela Yubiliana. 2022. Survey Pola Makan Mahasiswa Indekos Fakultas Teknik Universitas Gadjah Mada Pada Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Departemen Teknologi Pertanian Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Ariningsih, E. Konsumsi dan kecukupan energi dan protein rumah tangga pedesaan di Indonesia: Analisis data susenas 1999, 2002, dan 2005. Jakarta: Pusat Analisis Sosial Ekonomi dan Kebijakan Pertanian; 2005
- Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. 2015. *Panduan Penghitungan Pola Pangan Harapan (PPH)*. Jakarta: Kementerian Pertanian
- Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. 2021. *Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan*. Jakarta: Kementerian Pertanian.
- Bakri, S. 2019. Status gizi, pengetahuan dan kecukupan konsumsi air pada siswa SMA Negeri 12 Kota Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 22.
- Boddhicitta. 2002. Terobosan Menuju Hidup Sehat Kuartet Nabati. *KVMI*. p.4-8
- Mahendro.P.K. 2020. Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. The Journal Publishing. Yoogyakarta
- Burtis, G., Davis, J., dan Martin, S. 1988. *Applied Nutrition and Diet Therapy*. Philadelphia: W. B. Saunders Company.

- CDC.2010. The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Service
- Departemen Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat.Tahun 2008. Pedoman Umum Gizi Seimbang(Panduan untuk Petugas)
- D. Erwinanto.2017. Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Siswa SMK Muhammadiyah 1 Wates.Vol VI.No.5
- Dinah *et al.* 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi, Tingkat Kecukupan Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada guru SMP. Jurnal Gizi Indonesia (*The Indonesian Journal Of Nutrition*). 6(1).2017
- Evans WJ. 2000. Vitamin E, vitamin C, and exercise. Am J Clin Nutr, 72(suppl): 647S-652S
- Fenny, & Supriatmo.2016. Hubungan Kualitas Dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*, 5(3).
- Handayani Utami, N., Mubasyiroh Pusat Penelitian dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat, R., Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, B., & Kesehatan, K. R.2020. GIZI INDONESIA Journal of The Indonesian Nutrition Association. *Gizi Indon*, 2020(1), 37–48
- Harahap, V. Y.2012. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Dengan Status Gizi Pada Siswa SMA Negeri 2 Rintisan Banda Aceh. Diakses: 14 Desember 2022, from slideshare:<http://www.slideshare.net/mobile/viviyunisa/hubungan-polakonsumsi-makanan-dengan-status-gizi-pada-siswa-SMA-negeri-2-rintisanbanda-aceh>
- Hardiansyah, Riyadi, H., dan Napitupulu, V. 2013. Kecukupan Energi, Protein, Lemak,dan Karbohidrat. Tersedia di [https://www.researchgate.net/publication/301749209\\_KECUKUPAN\\_ENERGI\\_PROTEIN\\_LEMAK\\_DAN\\_KARBOHIDRAT](https://www.researchgate.net/publication/301749209_KECUKUPAN_ENERGI_PROTEIN_LEMAK_DAN_KARBOHIDRAT) [Diakses pada 30 Desember 2022].

- Hartaji, D. A. 2012. Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orangtua. Universitas Gunadarma
- Irianto, D. 2000. *Panduan Olahraga untuk Kesehatan dan Kebugaran*. Yogyakarta: Andi
- IOM (Institute of Medicine).2005. Dietary Reference Intake for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids. A Report of the Panel on Macronutrients, Subcommittees on Upper Reference Levels of Nutrients and Interpretation and Uses of Dietary Referen. Washington, DC: National Academies Press.
- Istiany, A. dan Rusilanti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Jelinic, J. D., Nola, I. A., dan Matanic, D. 2008. Living or Away from Home-Impact on Student's Eating Habits. *Materia Socio Medica*. Vol (20) 4.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia.2013
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia .2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2010
- Kusharto, C. M.2006. Serat makanan dan Peranannya bagi Kesehatan. *Jurnal Gizi dan Pangan* (Vol. 1, Issue 2).
- Kusuma, I. A., Sirajuddin, S., Jafar, N., Studi, P., Gizi, I., Kesehatan, F., Universitas, M., & Makassar, H.2014. *Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar*
- L, Garliah. 2002. Pengaruh Tidur Bagi Perilaku Manusia. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Linder, Maria C. 1992. Biokimia Nutrisi dan Metabolisme, dengan Pemakaian secara Klinis. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Mardalena, I.2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- McGuire, M., dan Beerman. 2011. *Nutritional Sciences: From Fundamentals to Food, Second Edition*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning

- M, D.Iqbal. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau di Yogyakarta. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Yogyakarta
- Oxford Dictionaries. 2013. Academia. Diakses pada 30 Desember 2022, from <http://oxforddictionaries.com/definition/english/academia>
- Papalia, D. E., Olds, S.W & Fieldman, R.D. 2008. Human development. Boston : McGraw-hill.
- Pascatello LS, Arena R, Riebe D, Thompson PD.2014. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Edisi ke 9. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Prayanto, W.H. 2009. Gaya Hidup Modern dan Iklan (Budaya Makan Mi Instan sebagai Identitas. Vol.7, No. 1, Februari 2009 : 77 – 87. Desain Komunikasi Visual Fakultas Seni Rupa ISI Yogyakarta
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. 2014. Pedoman Gizi Seimbang
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019. 2019. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan
- Phujiyanti, Y. 2004. Identifikasi Gaya Hidup dan Kebiasaan Makan Mahasiswa IPB. *Skripsi*. Bogor: Fakultas Pertanian, IPB
- Powers SK, Jackson MJ 2008. Exercise-induced oxidative stress: Cellular mechanisms and impact on muscle force production. *Physiol Rev*, 88: 1243-1276
- Rahayu, A., Yulidasari, F., dan Setiawan, M. I. (2019). *Dasar-Dasar Gizi*. Yogyakarta: CV. Mine.
- Renita, S. 2017. Analisis Kesalahan Pemahaman Konsep Bangun Datar Pada Siswa Kelas V. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Reza, R. R. et al. 2019. “Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan,” *Medical Journal Of Lampung University*, 8(2), hal. 247–253. Tersedia pada: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2479>
- Rizki, S.W. 2022. Hubungan Status Gizi (IMT), Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi di PT. Coca Cola

- Bottling Indonesia (Cikedokan Plant/Ckr-B). Media Gizi Kesmas, Vol. 11, No. 1 Juni 2022; Halaman: 246-256
- Santrock, J. W. 1999. *Life span development. 7th edition*. Boston: Mc Graw
- Sediaoetama, A. D. 2004. *Ilmu Gizi : untuk Mahasiswa dan Profesi* (5 ed.). Jakarta: Dian Rakyat.
- Singarimbun, M dan Efendi,. 1995, Metode Penelitian Survey, Jakarta : PT. Pustaka LP3ES
- Sugiyono.2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharjana. 2012. Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat dan Nilai-nilai Pendidikan. [e-journal] Yogyakarta
- Suhardjo. 2009. Perencanaan Pangan dan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara
- Sulistyoningsih. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- St Jeor, S. T., Howard, B. V., Prewitt, T. E., Bovee, V., Bazzarre, T., dan Eckel, R. H.2001. Dietary protein and weight reduction: a statement for healthcare professionals from the Nutrition Committee of the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism of the American Heart Association. *Circulation*, vol. 104(15)
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012 tentang Pangan. Tersedia di <https://luk.staff.ugm.ac.id/atur/UU18-2012Pangan.pdf> [diakses pada 5 Februari 2022pukul 10:25 WIB]
- Yogisutanti, G., Kusnanto, H., Setyawati Maurits, L., & Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel, S.2014a. *Hubungan antara Lama Tidur dengan Akumulasi Kelelahan Kerja pada Dosen The Relationship between Sleep Duration and Accumulated Fatigue* (Vol. 2).
- Yogisutanti, G., Kusnanto, H., Setyawati Maurits, L., & Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel, S.2014b. *Hubungan antara Lama Tidur dengan Akumulasi Kelelahan Kerja pada Dosen The Relationship between Sleep Duration and Accumulated Fatigue* (Vol. 2).

Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. 2012. *Perkembangan Peserta Didik* . Jakarta:  
Grafindo Persada

Walizer, M. H., dan Wienir, P. L. 1990. *Metode dan Analisis Penelitian: Mencari  
Hubungan. (Arief S. S, Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga

Welis, Wilda dan Sazeli, R M. 2013. Gizi untuk Aktivitas Fisik dan Kebugaran

World Health Organization. 1986. Health Promotion. WHO Regional Office.

World Health Organization. 1999. *Healthy Living: What is a healthy lifestyle*.  
Copenhagen: WHO Regional Office

Woteki, C. E., dan Thomas, P. R. 1992. *Eat for Life: The Food and Nutrition  
Board's Guide to Reducing Your Risk of Chronic Disease*. Washington DC:  
National Academies Press.

Zimmerman, M., & Snow, B. 2012. *An Introduction to Nutrition v. 1.0*.  
<http://lardbucket.org>