

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, I. N. and Syauqy, A. (2014). Hubungan antara asupan energi dan aktivitas fisik dengan persen lemak tubuh pada wanita peserta senam aerobik. *Journal of Nutrition College*, 3(1), pp. 200–205.
- Amisi, M. D., Sanggelorang, Y., & Rahman, A. (2020). Korelasi antara asupan energi dan protein dengan indeks massa tubuh penduduk lansia. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(1), 114-121.
- Azairin, L. P. Suzan, R. Kusdiyah, E. Amalia, F. (2025). Hubungan Asupan Lemak Dengan Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 12(9), 2074-2080.
- Azis, A. N. A. (2025). Physical Activity, Muscle Mass, and Bone Mineral Density in Older Adults: A Cross-Sectional Study. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 13(3), 580-585.
- Barbão, K. E., Pavanello, A., Oliveira, F. M., Santos, N. Q., Valdés-Badilla, P., Marchiori, L. L., & Branco, B. H. (2025). Variation in body composition components across different age groups and proposal of age-specific normative tables: a cross-sectional study. *Nutrients*, 17(9), 1435.
- Briand, M., Raffin, J., Gonzalez-Bautista, E., Ritz, P., Abellan Van Kan, G., Pillard, F., & Rolland, Y. (2025). Body composition and aging: cross-sectional results from the INSPIRE study in people 20 to 93 years old. *GeroScience*, 47(1), 863-875.
- Chattalia, V. N., Juhanna, I. V., Nugraha, M. H. S., & Wahyuni, N. (2020). Hubungan aktivitas fisik terhadap kekuatan genggaman dan kecepatan berjalan pada lansia di Kelurahan Panjer. *Sport Fit J*, 8(3), 205-12.
- Costa-Pinto, R., & Gantner, D. (2020). Macronutrients, minerals, vitamins and energy. *Anaesthesia & Intensive Care Medicine*, 21(3), 157-161.
- Curcio, F., Liguori, I., Cellulare, M., Sasso, G., Della-Morte, D., Gargiulo, G., ... & Abete, P. (2019). Physical activity scale for the elderly (PASE) score is related to sarcopenia in noninstitutionalized older adults. *Journal of geriatric physical therapy*, 42(3), 130-135.
- Espinosa-Salas, S., & Gonzalez-Arias, M. (2023). Nutrition: micronutrient intake, imbalances, and interventions. In *StatPearls [Internet]*. StatPearls Publishing.
- Farapti, F., Wangi, M. P., & Adiningsih, S. (2023). Penilaian menu harian dari penghuni panti werdha dalam rangka memperbaiki asupan dan status gizi lansia. *Amerta Nutrition*, 7(2), 262-266.
- Fitriyah, N., & Setyaningtyas, S. W. (2021). Hubungan asupan energi, makronutrien, zink dan fe dengan underweight pada ibu dan balita di Desa Suwari Bawean, Gresik. *Media Gizi Kesmas*, 10(1), 56.
- Gunadi, A., & Kumala, M. (2021). Profil Status Gizi, Massa Lemak, dan Massa Bebas Lemak Pada Lanjut Usia di Panti Werdha SS. *Ebers Papyrus*, 27(2), 89-101.
- Hanifa, S. F., Dasuki, M. S., Ichan, B., & Agustina, T. (2021). Tingkat pendidikan dan keaktifan kunjungan terhadap status gizi lansia. *Herb-Medicine Journal: Terbitan Berkala Ilmiah Herbal, Kedokteran dan Kesehatan*, 4(1), 20-27.
- Indrakumar, J., & Silva, S. (2024). Physical Activity in the Older Adults: A Review of the Benefits and Recommendations for Promoting Healthy Aging through Exercise. *Journal of the Indian Academy of Geriatrics*, 20(4), 207-213.

- Ismail, N., Hairi, F., Choo, W. Y., Hairi, N. N., Peramalah, D., & Bulgiba, A. (2015). The Physical Activity Scale for the Elderly (PASE) validity and reliability among community-dwelling older adults in Malaysia. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 27(8\_suppl), 62S-72S.
- Kim, H. N., & Song, S. W. (2019). Association between carbohydrate intake and body composition: the Korean National Health and Nutrition Examination Survey. *Nutrition*, 61, 187-193.
- Kim, S., & Won, C. W. (2022). Sex-different changes of body composition in aging: a systemic review. *Archives of gerontology and geriatrics*, 102, 104711.
- Kurniawati, B. D., Mulyani, S., & Warsini, S. (2024). Hubungan Frekuensi Latihan Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia di BPSTW Yogyakarta Abiyoso. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(6), 1304-1312.
- Kusumadewi, S. R., & Farapti, F. (2023). Hubungan asupan lemak dengan lemak visceral pada lansia di griya werdha surabaya. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4).
- Kuswari, M., Gifari, N., Putra, S. M., & Himarwan, A. (2021). Hubungan antara asupan zat gizi makro dengan persentase lemak tubuh pada atlet sepak bola profesional. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi Universitas Binawan*, 1(2), 70-77.
- Langhammer, B., Bergland, A., & Rydwick, E. (2018). The importance of physical activity exercise among older people. *BioMed research international*, 2018, 7856823.
- Lee, J. B., Sung, B. J., Ko, B. G., Cho, E. H., & Seo, T. B. (2023). A comparative study on the reliability and validity of body composition results by impedance method measurement device. *Journal of exercise rehabilitation*, 19(5), 299.
- Livana, P. H., Susanti, Y., Darwati, L. E., & Anggraeni, R. (2018). Gambaran tingkat depresi lansia. *NURSCOPE J. Keperawatan Dan Pemikir. Ilm*, 4(4), 80-93.
- Meri, M. (2019). Rheumatoid factor (rf) pada lanjut usia. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 19(1).
- Nangoy, T. Y., & Kumala, M. (2019). Hubungan derajat aktivitas fisik terhadap massa lemak pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(3), 652-657.
- Natalina, S. L., Yenni, F., & Musparlina, B. (2025). Profil Komposisi Tubuh, Status Gizi dan Kekuatan Genggaman Tangan Pada Lansia di RSI Ibnu Sina Bukittinggi. *Jurnal Media Informatika*, 6(5), 2623-2631.
- Nuraida, N., Kuswari, M., & Sitoayu, L. (2017). Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Durasi Tidur Dengan Persen Lemak Tubuh Atlet Bola Basket Di Klub Basket Aspac Jakarta Tahun 2017. *Universitas Esa Unggul*.
- Norman, K., Haß, U., & Pirlich, M. (2021). Malnutrition in older adults—recent advances and remaining challenges. *Nutrients*, 13(8), 2764.
- Novianti, A., Sa'Pang, M., & Putri, D. C. (2023). Asupan energi, lemak, beban glikemik, indeks massa tubuh dengan persen lemak visceral. *Jurnal Gizi dan Kuliner*, 4(1).

- Oshita, K., & Myotsuzono, R. (2021). An association between the physical activity level and skeletal muscle mass index in female university students with a past exercise habituation. *Osteoporosis and Sarcopenia*, 7(4), 146-152.
- Ouyang, Y., Huang, F., Zhang, X., Li, L., Zhang, B., Wang, Z., & Wang, H. (2022). Association of dietary protein intake with muscle mass in elderly Chinese: a cross-sectional study. *Nutrients*, 14(23), 5130.
- Penggalih, M. H. S. T., Dewita, C.N.M., Pratiwi D., Solichah, K. M., & Ibdatau, N. (2019). Sistem Energi, Antropometri, dan Asupan Makan Atlet. 1 ed. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.
- Pradana, A. A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia: Literature Review. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 5(1), 49-56.
- Prasetya, H. R., Sistiyono, S., & Naur, M. E. E. (2014). Gambaran Anemia pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta Tahun 2013. *Journal of Health*, 1(1), 23-28.
- Purnama, H., & Suhada, T. (2019). Tingkat aktivitas fisik pada lansia di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing)*
- Ramadhanti, S. A., & Renovaldi, D. (2023). Analisis Hubungan Komposisi Tubuh dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Status Fungsional Pada Lansia. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(2), 189-198.
- Salari, N., Darvishi, N., Bartina, Y., Keshavarzi, F., Hosseinian-Far, M., & Mohammadi, M. (2025). Global prevalence of malnutrition in older adults: A comprehensive systematic review and meta-analysis. *Public Health in Practice*, 100583.
- Sofa, I. M. (2018). *Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita*. *Amerta Nutrition*, 2 (3), 228.
- Sofya, A., Novita, N. C., Afgani, M. W., & Isnaini, M. (2024). Metode survey: Explanatory survey dan cross sectional dalam penelitian kuantitatif. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 1696-1708.
- Suhada, P. D., Widyastuti, N., Candra, A., & Syauqy, A. (2021). Korelasi aktivitas fisik dan persen lemak tubuh dengan indikator sarkopenia. *IAGIKMI & Universitas Airlangga*.
- Suka, S., Suryani, S., & Salmiyati, S. (2024, October). Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Padukuhan Jogonalan Lor Kasihan Bantul Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta* (Vol. 2, pp. 737-743).
- Sukmaniah, S. (2020). Hubungan antara Asupan Makronutrien dan Status Nutrisi Dengan Kekuatan Otot Pada Lansia di Panti Werdha Jakarta. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 8(2), 127-134.
- Tao, X., Xu, X., Xu, Y., Yang, Q., Yang, T., Zhou, X., & Luo, F. (2024). Association between physical activity and visceral adiposity index (VAI) in US population with overweight or obesity: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24(1), 2314.
- Taşğın, E. (2017). Macronutrients and micronutrients in nutrition. *International Journal of Innovative Research and Reviews*, 1(1), 10-15.

- Thesman, I. B., Indarto, D., & Suselo, Y. H. (2025). Relationship of dietary intake and physical activity with body composition in adults: a case-control study. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 35(3), 1036-1046.
- Tomlinson, D. J., Erskine, R. M., Morse, C. I., & Onambélé, G. L. (2019). Body fat percentage, body mass index, fat mass index and the ageing bone: their singular and combined roles linked to physical activity and diet. *Nutrients*, 11(1), 195.
- Utami, N. V., Lubis, L., & Agustina. (2018). Perbedaan daya tahan jantung paru dan komposisi tubuh: Persentase lemak tubuh antara lanjut usia anggota senam Tai Chi, Wai Tan Kung, dan sedenter. *Jurnal Ilmu Faal Olahraga*, 1(1), 14–20.
- Vinknes, K. J., de Vogel, S., Elshorbagy, A. K., Nurk, E., Drevon, C. A., Gjesdal, C. G., & Refsum, H. (2011). Dietary intake of protein is positively associated with percent body fat in middle-aged and older adults. *The Journal of nutrition*, 141(3), 440-446.
- Wang, S., Zhang, Y., Zhang, D., Wang, F., Wei, W., Wang, Q., & Yu, K. (2024). Association of dietary fat intake with skeletal muscle mass and muscle strength in adults aged 20–59: NHANES 2011–2014. *Frontiers in Nutrition*, 10, 1325821.
- Westerheim, E., Øhman, E. A., Fossli, M., Winkvist, A., Henriksen, H. B., & Brekke, H. K. (2025). Relative validity of bioelectrical impedance analysis in estimating body composition in women with overweight and obesity 2 weeks and 6 months postpartum. *Food & nutrition research*, 69, 10-29219.
- Wilkinson, D. J., Piasecki, M., & Atherton, P. (2018). The age-related loss of skeletal muscle mass and function: Measurement and physiology of muscle fibre atrophy and muscle fibre loss in humans. *Ageing research reviews*, 47, 123-132.
- Zou, Q., Su, C., Du, W., Ouyang, Y., Wang, H., Wang, Z., & Zhang, B. (2020). The association between physical activity and body fat percentage with adjustment for body mass index among middle-aged adults: China health and nutrition survey in 2015. *BMC public health*, 20(1), 732.