

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, S. N. (2013). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja di Perkotaan. *Unnes Journal of Public Health*, 2(1), 2-8.
- Ariyanti, F. T., Husain, F., & Luthfi, A. (2018). Mahasiswa, Obat-obatan dan Perilaku Kesehatan (Studi Perilaku Pengobatan Mandiri Mahasiswa Universitas Negeri Semarang dalam Mengonsumsi Obat). *Studi Masyarakat dan Pendidikan*, II(1), 18-26.
- Artaya, I. (2019). *Uji Rank Spearman*. Diambil kembali dari ResearchGate: https://www.researchgate.net/publication/330369888_UJI_RANK_SPEARMAN
- Ayu, D., & K, S. S. (2017). Hubungan Pola Makan (Jumlah, Jenis dan Frekuensi) Status Gizi (Antropometri dan Survei Konsumsi) dengan Keteraturan Haid pada Remaja Putri di SMA Negeri 51 Jakarta Timur Tahun 2015. *Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 83-92.
- Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. (2015). *Panduan Penghitungan Pola Pangan Harapan (PPH)*. Diambil kembali dari BKP Pertanian: <http://bkp.pertanian.go.id/storage/app/media/Evalap/BUKU%20PEDOMAN%20PENYUSUNAN%20PPH.pdf>
- Badan Ketahanan Pangan Kementerian Pertanian. (2019). *Direktori Perkembangan Konsumsi Pangan*. Diambil kembali dari BKP Pertanian: <http://bkp.pertanian.go.id/storage/app/media/PPID%202019/PRINT%20DIREKTORI%20KONSUMSI%20PANGAN%202019.pdf>
- Bakri, S. (2019). Status Gizi, Pengetahuan dan Kecukupan Konsumsi Air pada Siswa SMA Negeri 12 Kota Banda Aceh. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1), 22-27.
- BPS (Badan Pusat Statistik). (2011). *Pengeluaran Untuk Konsumsi Penduduk Indonesia 2011*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Brook, R. H., Ware, J. E., Davies-Avery, A., Stewart, A. L., Donald, C. A., Rogers, W. H., Williams, K. N., & Johnston, S. A. (1979). Overview of Adult Health Status Measures Fielded in Rand's Health Insurance Study. *Medical Care* 17, iii(x), 1-131.
- Bulog. (2012). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2012*. Republik Indonesia.
- Cheng, G., Hilbig, A., Drossard, C., Alexy, U., & Kersting, M. (2012). Relative validity of a 3 d estimated food record in German toddlers. *Public Health Nutrition*, 16(4), 1-8.

- Cholidah, R., Widiastuti, I. A., Nurbaiti, L., & Priyambodo, S. (2020). Gambaran pola makan, kecukupan gizi, dan status gizi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Nusa Tenggara Barat. *Intisari Sains Medis*, 11(2).
- Coniglio, M. A. (2016). Food and Nutrition: Matters of Public Health. *Journal of Food, Nutrition and Population Health*, 1(1), 1-3.
- Devi, N. (2010). *Nutrition and Food : Gizi untuk Keluarga*. Jakarta: Buku Kompas.
- El Ansari, W., Oskrochi, R., & Haghighi, G. (2014). Are students' symptoms and health complaints associated with perceived stress at university? Perspectives from the United Kingdom and Egypt. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(10), 9981-10002.
- Ernovitania, Y., & Sumarmi, S. (2018). Hubungan antara Pengeluaran untuk Minum dan Pola Konsumsi Air dengan Status Hidrasi pada Siswi SMP Unggulan Bina Insani Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(2), 276-285.
- FAO. *Eating Well for Good Health*. Diambil kembali dari FAO: <http://www.fao.org/docrep/017/i3261e/i3261e03.pdf>
- Farida, N. (2009). *Me, My Food and My Health : Makanan dan Kesehatanku*. Jakarta: Grasindo.
- Gibson, R. S. (2005). *Principles of Nutritional Assessment* (2 ed.). New York: Oxford University Press.
- Honestdocs. (2019). *Tenggorokan Gatal? Ini Penyebab dan Obatnya*. Diambil kembali dari <https://www.honestdocs.id/tenggorokan-gatal>
- Intiyati, A., Sayuningsih, E., & Soesanti, I. (2017). Sistem Penyelenggaraan Makanan, Tingkat Konsumsi, dan Status Anemia di Asrama Program Studi Kebinaan Soetomo Poltekkes Kemenkes Surabaya. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(1), 60-66.
- 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. Diambil kembali dari https://www.nal.usda.gov/sites/default/files/fnic_uploads/energy_full_report.pdf
- Irianto, D. (2000). *Panduan Olahraga untuk Kesehatan dan Kebugaran*. Yogyakarta: Andi.
- Istiany, A., & Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- KBBI. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Dipetik 12 26, 2020, dari <https://kbbi.web.id>

- Kemenkes RI. (2014). *Kesehatan Indonesia tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2017). *Ayo Bergerak, Lawan Obesitas!* Dipetik Desember 20, 2020, dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2017/11/BukuAyoBergerak.pdf>
- Kemenkes RI. (2018). *Kebutuhan Tidur Sesuai Usia*. Dipetik Desember 26, 2020, dari <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/page/18/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Kemenkes RI. (2018). *Klasifikasi Obesitas Setelah Pengukuran IMT*. Dipetik Desember 23, 2020, dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>
- Kemenkes RI. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Dipetik Desember 25, 2020, dari http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf
- Khomsan, A., & Anwar, F. (2008). *Sehat Itu Mudah, Wujudkan Hidup Sehat dengan Makanan Tepat*. Jakarta: Hikmah.
- Lee, J. E., & Yoon, W. Y. (2014). A Study of Dietary Habits and Eating-out Behavior of College Students in Cheongju Area. *Technol Health Care*, 22(3), 435-442.
- Mahan, L. K., & Escott-Stump. (2008). *Food, Nutrition, and Diet Therapy*. USA: W.B Saunders Company.
- Muchtadi, D. (2009). *Pengantar Ilmu Gizi*. Bandung: Alfabeta.
- Nall, R. (2019). *Everything You Need to Know About Throat Irritation*. Diambil kembali dari Healthline: <https://www.healthline.com/health/itchy-throat>
- Nall, R. (2020). *What's Causing My Fatigue and Loss of Appetite?* Dipetik Desember 28, 2020, dari Healthline: <https://www.healthline.com/health/fatigue-and-loss-of-appetite>
- NICE. (2014). *Indigestion, Heartburn and Reflux in Adults*. Diambil kembali dari National Institute for Health a Excellence: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg184/resources/indigestion-heartburn-and-reflux-in-adults-pdf-250345039813>
- Nuriyanto, M. Z., Abidin, Z., Syahfiar, A., Firmansyah, F. A., Rianto, W. F., Pahlevi, F. N., Ikhsan, F. A., & Kurnianto, F. A. (2019). Analisis Pola Konsumsi dan Gaya Hidup Mahasiswa Pendidikan Geografi Universitas Jember Angkatan 2018. *Majalah Pembelajaran Geografi*, 2(2).

- O'Connell, K. (2019). *What You Need to Know About Muscle Aches and Pains*. Dipetik Desember 28, 2020, dari Healthline.
- Padua, R. N., & Guzman-Santos, R. D. (1998). *Fundamentals of Educational Research and Data Analysis: A PAFTE TEXTBOOK DEVELOPMENT PROJECT*. Quezon: Katha.
- Papadaki, A., Hondros, G., Scott, J. A., & Kapsokafalou, M. (2007). Eating habits of University students living at, or away from home in Greece. *Appetite*, 49(1), 169-176.
- Par'i, H. M., Wiyono, S., & Harjatmo, T. P. (2017). *Bahan Ajar Gizi : Penilaian Status Gizi*. Dipetik Desember 27, 2020, dari <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/PENILAIAN-STATUS-GIZI-FINAL-SC.pdf>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental keperawatan* (7 ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Pradanti, C. M., Wulandari M, & Sulistya K, H. (2015). Hubungan Asupan Zat Besi (Fe) dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 3 Brebes. *JURNAL GIZI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG*, 4(1), 24-29.
- Purwanto, S. (2008). Mengatasi Insomnia dengan Terapi Relaksasi. *Jurnal Kesehatan*, 1(2), 141-148.
- Qoirinasari, Simanjuntak, B. Y., & Kusdalinah. (2018). Berkontribusikah konsumsi minuman manis terhadap berat badan berlebih pada remaja? *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), 94.
- Rafknowledge. (2004). *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rasmada, S., Indrawani, Y. M., & Sartika, R. A. (2012). Asupan Gizi dan Mengantuk pada Mahasiswa. *Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(3), 99-104.
- Riskesdas. (2010). *Riset Kesehatan Dasar*. Dipetik Desember 26, 2020, dari <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Riskesdas%202010%20Nasional.pdf>
- Rizzoli, P., & Mullally, W. J. (2018). Headache. *The American Journal of Medicine*, 131(1), 17-24.
- Roland, J. (2020). *Why Do I Feel Excessively Sleepy?* Dipetik Desember 28, 2020, dari Healthline: <https://www.healthline.com/health/excessive-sleepiness>
- Rolfes, S. R., Pinna, K., & Whitney, E. (2009.). *Nutrition: Understanding Normal and Clinical* (8 ed.). USA: Wadsworth Cengage Learning.

- Saper, C. B., & Breder, C. (1994). The Neurologic Basis of Fever. *New England Journal of Medicine*, 330(26), 1880-1886.
- Sari, P., Azizah, D. I., Gumilang, L., Judistiani, T. D., & Mandiri, A. (2019). Asupan Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin C pada Remaja Putri di Daerah Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 4(4), 169-173.
- Sartorius, N. (2006). The Meanings of Health and its Promotion. *Croat Med J.*, 47(4), 662-664.
- Satria. (2019, Juli 19). *UGM Luncurkan Health Promoting University dalam Pembukaan Lustrum XIV*. Dipetik Desember 15, 2020, dari UNIVERSITAS GADJAH MADA: <https://ugm.ac.id/id/berita/18126-ugm-luncurkan-health-promoting-university-dalam-pembukaan-lustrum-xiv>
- Sediaoetama, A. D. (1985). *Ilmu Gizi* (1 ed.). Dian Rakyat: Dian Rakyat.
- Sediaoetama, A. D. (2004). *Ilmu Gizi : untuk Mahasiswa dan Profesi* (5 ed.). Jakarta: Dian Rakyat.
- Sharkey, B. J. (2003). *Fitness And Health*. (E. D. Nasution, Penerj.) Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sirajuddin, Surmita, & Astuti, T. (2018). *Survey Konsumsi Pangan*. Dipetik Desember 23, 2020, dari http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2018/09/Survey-Konsumsi-Pangan_SC.pdf
- Sobirin, M. (2020). Identifikasi Keluhan Kesehatan Mahasiswa Selama Perkuliahan Daring pada Masa Pandemic Covid19. *PERFORMA : Media Ilmiah Teknik Industri*, 19(1), 49-54.
- Soebardhy, Samani, M., Ibrahim, M., Ispardjadi, Walujo, H., & Arif, A. (2020). *Kapita Selekt Metodologi Penelitian*. (D. Fatihudin, & I. Holisin, Penyunt.) Pasuruan: Qiara Media.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2012). Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat dan Nilai-nilai Pendidikan Karakter. *Pendidikan Karakter*, II(2), 189-201.
- Sulistyoningsih. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tama, R. T. (2014). *Pengeluaran Konsumsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta: UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA.
- Team, H. E. (2019). *Tenggorokan Gatal? Ini Penyebab dan Obatnya*. Dipetik Desember 27, 2020, dari <https://www.honestdocs.id/tenggorokan-gatal>

- The World Bank Indonesia. (2012). *Indonesia Menghadapi Beban Ganda Malnutrisi*. Jakarta: The World Bank Indonesia.
- Watson, F., Minarto, Sukotjo, S., Rah, J. H., & Maruti, A. K. (2019). *Pembangunan Gizi Indonesia* (4 ed.). Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas. Diambil kembali dari https://www.bappenas.go.id/files/1515/9339/2047/FA_Preview_HSR_Book04.pdf
- WHO (World Health Organization). (2001). Iron Deficiency Anemia Assessment, Prevention and Control. *A Guide for Programme Manager*. World Health Organization.
- WHO (World Health Organization). (2007). Protein and Amino Acid Requirements in Human Nutrition Report of a Joint WHO/FAO/UNU Expert Consultation. Geneva: WHO.
- WHO (World Health Organization). (2011). Haemoglobin Concentrations For The Diagnosis Of Anemia And Assessment Of Severity. Geneva: Vitamin and Mineral Nutrition Information System WHO.
- WHO (World Health Organization). (t.thn.). *WHO remains firmly committed to the principles set out in the preamble to the Constitution*. Dipetik Desember 27, 2020, dari <https://www.who.int/about/who-we-are/constitution>
- Wijayanti, N. (2017). *Fisiologi Manusia dan Metabolisme Zat Gizi*. Malang: UB Press.
- Wiliyanarti, P. F. (2018). *Buku Ajar Gizi dan Diet*. Surabaya: UM Surabaya.
- Yuliarti, N. (2009). *A to Z Food Supplement*. Yogyakarta: ANDI.
- Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2012). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Grafindo Perkasa.
- Yusuf, S., & Sugandhi, N. M. (2012). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Zakaria, Hikmawati, Rauf, S., & Salama, M. (2015). Gambaran Pola Makan dan Asupan Zat Gizi Makro pada Remaja Gemuk di Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar Jurusan Gizi. *Media Gizi Pangan*, 20(2), 68-72.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskripsi dalam Ilmu Komunikasi. *Jurnal Diakom*, 1(2), 83-90.
- Zielinski, M. R., McKenna, J. T., & McCarley, R. W. (2016). Functions and Mechanisms of Sleep. *AIMS Neurosci*, 3(1), 67-104.