

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A 2019, *Capailah Prestasimu*. Guepedia.
- Adriani, M.2016, *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Prenanda Media.
- Agatha 2016, ‘Macronutrient Intake and Academic Achievement in Budi Mulia’, *ICGH International Conference on Global Health*.
- Amalia, R and Trismiana, E 2014, ‘Hubungan Antara Asupan Gizi dengan Prestasi Belajar pada Siswa SMA Negeri I Metro’, *Jurnal Kesehatan Holistik*, 8(4), pp. 159–162.
- Asrori 2020, *Psikologi Pendidikan Pendekatan Multidisipliner*. Pena Persada.
- Astuti, P 2019, ‘Pengaruh Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Teknik Unnes Tahun 2019’, *Jurnal Teknologi Busana dan Boga*, 7(2), pp. 93–102.
- Azis, A. A., Pagarra, H. and Asriani 2018, ‘Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi dengan Hasil Belajar IPA Siswa Pesantren MTs di Kabupaten Buru’, *Jurnal IPA Terpadu*, 1(2), pp. 50–56.
- Bappenas 2019, ‘Rancangan Teknokratik Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020 - 2024 : Indonesia Berpenghasilan Menengah - Tinggi Yang Sejahtera, Adil, dan Berkesinambungan’, *Kementerian PPN/ Bappenas*, p. 313. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- BPS 2019, ‘Katalog Publikasi’, *Badan Pusat Statistik*.
- Budyawati 2019, ‘Proporsi dan Karakteristik Kualitas Tidur Buruk pada Guru-Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Denpasar’, *E-Jurnal Medika*, 8(3), pp. 1–7.
- Buysse, D. J. *et al.* 1989, ‘The Pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research’, *Psychiatry Research*. doi: 10.1016/0165-1781(89)90047-4.
- Choirul, M. 2015, ‘Hubungan antara indeks kualitas tidur dengan prestasi belajar siswa’, VIII(1), pp. 60–66.
- Correa-Burrows, P. *et al.* 2016, ‘Qualité nutritionnelle de l’alimentation et résultats scolaires des lycéens chiliens’, *Bulletin of the World Health Organization*, 94(3), pp. 185–192. doi: 10.2471/BLT.15.161315.

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- Damayanti, D. 2017, *Gizi Dalam Daur Khidupan, Вестник Казнму*.
- Dewi, I. G. and Wuryaningsih, C. E. (2019) 'Aktivitas Fisik Masyarakat Urban di Jakarta Selatan', *Hasanuddin Journal of Midwifery*, 1(1), p. 23. doi: 10.35317/hajom.v1i1.1790.
- Fatimah.NA 2018, 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah (11-12 Tahun) di SD Darus Syifa Semper Barat Cilincing Jakarta Utara Tahun 2018', *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jakarta*.
- Fenny 2016, 'Hubungan Kualitas dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran', *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 5(3), pp. 140–147. doi: 10.22146/jpki.25373.
- Ferrer-Cascales, et all 2018, 'Eat or skip breakfast? The important role of breakfast quality for health-related quality of life, stress and depression in spanish adolescents', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(8). doi: 10.3390/ijerph15081781.
- Gropper, Sareen S. Smith, J. L. 2013, *Advanced Nutrition in Human Metabolism, Cengage Learning*.
- GTCI 2019, *The Global Talent Competitiveness Index 2019*.
- Hakim, A. 2014, 'Hubungan Asupan Protein dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Sisiwa SMP Al - Azhar Palu 2014', *Implementation Science*, 39(1), pp. 1–15. doi: 10.4324/9781315853178.
- Handayani 2020, 'Faktor Gizi dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan', *Jurnal gizi dan kesehatan*, 4(1), pp. 100–106.
- Hardiansyah and Supariasah, I. D. 2017, *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi, Gizi Bayi dan Balita*.
- Hendi Aryadi, I. P. et al. 2018, 'Korelasi Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana Bali', *Callosum Neurology*, 1(1), pp. 20–31. doi: 10.29342/cnj.v1i1.4.
- Howie, E. K. 2012, 'Physical activity and academic achievement in children: A historical perspective', *Journal of Sport and Health Science*, 1(3), pp. 160–169. doi: 10.1016/j.jshs.2012.09.003.
- Ipaq 2005, 'Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire ( IPAQ ) – Short and Long Forms', *Ipaq*.
- Irfannuddin 2019, 'Metabolisme Oksidatif Dan Peranan Neuroglobin Terhadap

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

- Homeostasis Oksigen Di Otak', *Sriwijaya Journal of Medicine*, 2(3), pp. 211–220. doi: 10.32539/sjm.v2i3.75.
- Judith E. Brown, Janet Isaacs, Bea Krinke, Ellen Lechtenberg, M. M. 2013, *Nutrition Through the Life Cycle*. Cengage Learning, 2013.
- Junaidi, M. C. and Soegiarto, B. 2017, 'Hubungan antara Aktivitas Fisik Terhadap Memori Kerja Murid SMA Don Bosco III Bekasi', *Sari Pediatri*, 18(4), p. 251. doi: 10.14238/sp18.4.2016.251-9.
- Kayani, S. 2018, 'Physical Activity and Academic Performance : The Mediating Effect of Self-Esteem and Depression', *Sustainability*, 70, pp. 1–17. doi: 10.3390/su10103633.
- Kemendikbud 2019, *Laporan Hasil Ujian Nasional, Kementerian Kebudayaan dan Pendidikan*. Available at: [https://hasilun.puspendik.kemdikbud.go.id/#2019!smp!capaian\\_nasional!99&99&999!T&T&T&T&1&!1!&](https://hasilun.puspendik.kemdikbud.go.id/#2019!smp!capaian_nasional!99&99&999!T&T&T&T&1&!1!&).
- Kemenkes 2014, 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014', *Research Policy*, 9(2), pp. 155–162. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.respol.2011.09.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.worlddev.2020.104995%0A>
- Kristini 2010, 'Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Prodi Keperawatan S1 Program a Angkatan I Stikes Rs. Baptis Kediri', *Jurnal Penelitian STIKES Kediri*, 3(1), pp. 13–18.
- Kristo, A. S. 2020, 'behavioral sciences The E f f e c t of Eating Habits ' Quality on Scholastic Performance in Turkish Adolescents', *Behavioral Sciences*, 10(31), pp. 1–17. doi: 10.3390/bs10010031.
- Lee 2011, 'Validity of the international physical activity questionnaire short form (IPAQ-SF): A systematic review', *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. doi: 10.1186/1479-5868-8-115.
- Lustika, F. N. 2016, 'Hubungan Antara Asupan Karbohidrat, Protein Dan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Di Pondok Madrasah Aliyah Al Manshur Popongan, Tegalgondo, Klaten.', *Jurnal Untad*, pp. 1–43.
- Marbun, M. 2018, *Psikologi Pendidikan*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Marlina 2010, 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Tidur Pada Lanjut Usia Di Desa Meunasah Balek Kecamatan Kota Meureudu Kabupaten Pidie Jaya', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 1(4), pp. 1–21.
- Masturoh, I. 2018, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. BPPDSMK.

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

- Menteri Kesehatan Republik Indonesia 2014, 'Pedoman Gizi Seimbang Permenkes RI', *Pedoman Gizi Seimbang Permenkes RI*. doi: 10.1007/s13398-014-0173-7.2.
- Nilifda, H., Nadjmir, N. and Hardisman, H. 2016, 'Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), pp. 243–249. doi: 10.25077/jka.v5i1.477.
- Nur'aini, N. *et al.* 2014, 'Comparing sleep disorders in urban and suburban adolescents', *Paediatrica Indonesiana*, 54(5), p. 299. doi: 10.14238/pi54.5.2014.299-304.
- Nurwijayanti 2018, 'Pola Makan, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi Berhubungan Dengan Prestasi Belajar Siswa SMK di Kota Kediri', *Jurnal Care*, 6(1), pp. 54–63.
- OECD 2018, *Pisa Result 2018*, *OECD Publishing*. Available at: <https://www.oecd.org/pisa/publications/pisa-2018-results.htm>.
- Pua *et al.*, M. E. D. 2018, 'Hubungan Pola Tidur Dengan Prestasi Akademik Universitas Sam Ratulangi', *eJournal Keperawatan*, 6(2).
- Puspitasari 2020, 'Faktor-Faktor Determinan Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Siswa', *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan)*, 5(2), p. 191. doi: 10.31851/jmksp.v5i2.3770.
- Putra, A. *et al.* 2018, 'Kebiasaan Sarapan pada Mahasiswa Aktif', *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 2(4), pp. 577–586.
- Reuter, P. *et al.* 2020, 'The influence of eating habits on the academic performance of university students', *Journal of American College Health*, 0(0), pp. 1–7. doi: 10.1080/07448481.2020.1715986.
- Riskesdas, K. 2018, 'Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)', *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*. doi: 10.1088/1751-8113/44/8/085201.
- Rismayanti, C. 2018, *Olahraga Kesehatan, Mentari Jaya*. doi: 10.1017/CBO9781107415324.004.
- Riyanto, P. and Mudian, D. 2019, 'Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosi Siswa', *Journal Sport Area*, 4(2), pp. 339–347. doi: 10.25299/sportarea.2019.vol4(2).3801.
- Rosyid, Z., Mansyur, M, A. A. (2019) *Prestasi Belajar*. Literasi Nusantara.
- S. Notoadmodjo (2012) *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan, Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Sari, P. E., Oswari, L. D. and Sinulingga, S. 2017, 'Hubungan Kualitas Tidur dengan

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

- Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Bhakti Pertiwi Palembang’, *Majalah Kedokteran Sriwijaya*, 61(April), pp. 83–86.
- Sety, L. 2013), ‘Makan Pagi dan Prestasi Belajar’, *Jurnal Kesehatan*, IV(2), pp. 333–343.
- Shadrina, S. N. 2017, ‘Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Akademik Santri Pondok Pesantren X di Kabupaten Bogor’, *Skripsi Uin Jakarta*.
- So, W. Y. 2012, ‘Association between physical activity and academic performance in Korean adolescent students’, *BMC Public Health*, 12(1), p. 1. doi: 10.1186/1471-2458-12-258.
- Soekarti, M. 2013, *Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Gramedia Pustaka Utama.
- Sukmawati 2019, ‘Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index ( PSQI ) Versi Bahasa Indonesia’, *Jurnal Lingkungan & Pembangunan Wicaksana*, 3(2), pp. 30–38.
- Sulistia, T., Djamahar, R. and Rahayu, S. 2018, ‘Hubungan Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik Dengan Hasil Belajar Kognitif Sistem Koordinasi Manusia’, *Jurnal Penelitian Pendidikan Biologi*, 2(2), pp. 113–120.
- Surahman 2016, *Metodologi Penelitian*, *Journal of Visual Languages & Computing*. Available at: [https://www.m-culture.go.th/mculture\\_th/download/king9/Glossary\\_about\\_HM\\_King\\_Bhumibol\\_Adulyadej's\\_Funeral.pdf](https://www.m-culture.go.th/mculture_th/download/king9/Glossary_about_HM_King_Bhumibol_Adulyadej's_Funeral.pdf).
- Susanti.Y 2018, ‘Hubunga Antara Pola Tidur Dengan Prestasi Belajar’, *Jurnal Universitas Kristen Satya Wacana*, 2(June), pp. 227–249.
- Sutrio 2017, ‘Hubungan Asupan Energi, Pengetahuan Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Status gizi Siswa Sekolah Menengah Atas Global Madani Kota Bandar Lampung tahun 2016’, *Jurnal Kesehatan Holistik*, 11(1), pp. 23–33. Available at: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/122/67>.
- Syafleni. 2019, ‘Analisis Dampak Konsumsi Jajanan, Aktifitas Fisik, Dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di SMK Swasta Pharmaca Medan’, *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 1(2), pp. 31–39.
- Utama, L. J. 2019, ‘Status Gizi, Pola Makan Dan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Di Kota Kupang’, *Chmk Health Journal*, 3, pp. 18–24. Available at: <http://cyber-chmk.net/ojs/index.php/kesehatan/article/view/444>.
- Welis.W 2013, *Gizi Untuk Aktifitas Fisik dan Kebugaran*. Padang: SukabinaPers.

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

Available at: file:///C:/Users/youhe/Downloads/kdoc\_o\_00042\_01.pdf.

WHO 2010, 'World Health Statistics'.

WHO 2018a, *Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition*, Who.

WHO 2018b, *Handout for Module A Introduction*.

Wicaksono 2016, 'Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga', *Jurnal Universitas Airlangga*, pp. 46–58.

WSHCouncil 2016, 'Workplace Safety and Health Guidelines Workplace Housekeeping'. Available at: [https://www.wshc.sg/files/wshc/upload/cms/file/Workplace\\_Housekeeping.pdf](https://www.wshc.sg/files/wshc/upload/cms/file/Workplace_Housekeeping.pdf).

Zeek, M. L. *et al.* 2015, 'Sleep duration and academic performance among student pharmacists', *American Journal of Pharmaceutical Education*, 79(5), pp. 5–12. doi: 10.5688/ajpe79563.

**Dinda Anggita Mulia, 2021**

**HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, KUALITAS TIDUR, DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PRESTASI BELAJAR DI SMK TUNAS GRAFIKA INFORMATIKA 2020**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Gizi Program Sarjana  
[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id) – [www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id) – [www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]