

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M., Khurram, K., Asim, A., Naveed, E., Abbas, M., Raja, H. Z., Saleem, N., Alnaser, A. F., Aldhafeeri, Y. R., & Alnusayri, F. S. (2024). Impact of Breakfast Consumption and Sleep Habits on Morning Attention and Concentration Among Health Professional Students. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.69592>
- Ansar, Ramadani, Y., & Kusumawati, D. E. (2023). Penyusunan Menu dan Edukasi Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal Untuk Pencegahan Kurang Energi Kronik pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Svasta Harena*, 2(2), 30–35. <https://doi.org/10.33860/jpmsh.v2i2.3408>
- Aprilia, S., Pakarini, I., Martiana, T., Widarjanto, & Budi, S. W. H. (2023). Hubungan antara Status Gizi, Pola Makan, dan Kecukupan Kalori terhadap Kelelahan Kerja Pengrajin Gerabah Perempuan di Desa Karanganyar, Borobudur, Magelang. *Amerta Nutrition*, 7, 555–562.
- Arbie, F. (2015). Pengetahuan Gizi Berhubungan dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja. *Health and Nutrition Journal*, 1.
- Astuti, P. (2017). *Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein, dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Wanita Bagian Finishing 3 PT Hanil Indonesia Nepen Teras Boyolali*.
- Bachtiar, Moch. A., & Anshori, M. I. (2024). Productivity and Psychology Well. *Jurnal Mutiara Ilmu Akuntansi*, 2(3), 50–59. <https://doi.org/10.55606/jumia.v2i3.3118>
- Bakri, A. S., Suharni, Yusriani, Hardi, I., & Septiyani. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Karyawan PT. Angkasa Pura I (Persero) Kota Makassar. *Window of Public Health*, 2(6), 1043–1049.
- Chairunnisa, C., & Juliannisa, I. A. (2022). Pengaruh Pendidikan, Kesehatan, Usia dan Upah terhadap Produktivitas Tenaga Kerja di DKI Jakarta. *Jurnal PROFIT: Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 9(1), 62–72. <https://doi.org/10.36706/jp.v9i1.16878>
- Dewi, N. P. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah Sdn 03 Junjung. *Universitas Muhammadiyah Surabaya*.
- Diana, E., Evendi, A., & Ismail. (2017). Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan Stasiun Pengisian Bulk Elpiji di Indramayu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 84–88.

- Dietz, J. V., Fox, J. L., & Khalimonchuk, O. (2021). Down the Iron Path: Mitochondrial Iron Homeostasis and Beyond. *Cells*, 10. <https://doi.org/10.3390/cells10092198>
- Dirgantara, T., & Santoso, R. P. (2024). Sosiodemografis dan Rata-Rata Produktivitas Tenaga Kerja di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Ekonomi Dan Keuangan*, 3(1), 98–108. <https://doi.org/10.20885/jkek.vol3.iss1.art13>
- Douw, N. I., Maarif, M. S., & Baga, L. M. (2021). Peningkatan Produktivitas Kerja Karyawan Development di Tambang Bawah Tanah DMLZ (Deep Mill Level Zone) PT Freeport Indonesia. *Jurnal Aplikasi Bisnis Dan Manajemen*, 7. <https://doi.org/10.17358/jabm.7.2.316>
- DPR, R. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan*.
- DPR, R. (2009). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan*.
- Dutt, S., Hamza, I., & Bartnikas, T. B. (2022). Molecular Mechanisms of Iron and Heme Metabolism. *Annual Review of Nutrition*. <https://doi.org/10.1146/annurev-nutr-062320>
- Dwiyanti, N. (2021). Pengaruh Motivasi Kerja dan Employee Engagement terhadap Produktivitas Kerja Pegawai Penyelenggaraan Haji dan Umroh PT. Al Amin Universal Tours Jakarta Selatan. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Fadilla, D., & Triani, M. (2024). Analisis Determinan Produktivitas Tenaga Kerja Di Indonesia. *Media Riset Ekonomi Pembangunan (MedREP)*. <https://medrep.ppj.unp.ac.id/index.php/MedREP/login>
- Giantari, S. A., Qonitun, U., & Fuziyah, L. F. (2025). Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dengan Produktivitas Kerja pada Karyawan di PT. Swabina Gatra Tuban. *Media Gizi Ilmiah Indonesia*, 3(1), 34–42.
- Gwin, J. A., & Leidy, H. J. (2018). Breakfast Consumption Augments Appetite, Eating Behavior, and Exploratory Markers of Sleep Quality Compared with Skipping Breakfast in Healthy Young Adults. *Current Developments in Nutrition*, 2(11). <https://doi.org/10.1093/cdn/nzy074>
- Hamzah, Hasrul, & Hafid, A. (2020). Pengaruh Pola Makan terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 70–75.
- Hanri, M., Sholihah, N., & Satyagraha, I. (2024). Tantangan Produktivitas Pekerja Indonesia. *Institute for Economic and Social Research*, 5. <https://bit.ly/labormarketbrief>

- Hardianti, D. N., Ayu, I., Lestari, I. D., & Sukraniti, D. P. (2023). Gambaran Status Gizi dan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Operator Container Crane di PT. X (Overview of Nutritional Status and Work Fatigue for CC Operator Workers at PT. X). *Public Health Journal*, 14(1). <https://doi.org/10.51888/phj.v14i1>
- Harjono, A. E., Qadrijati, I., Wardani, T. L., Fauzi, R. P., Wijayanti, R., Faradisha, J., Sari, R. K., & Riansyah, R. (2025). Hubungan Status Gizi dan Masa Kerja dengan Gangguan Kapasitas Paru pada Pekerja Tekstil di PT X Sragen. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9.
- Haryono, R., Yustiffa, A. R., & Dwi, A. R. (2023). Analisis Motivasi Kerja Dalam Upaya Meningkatkan Produktivitas Kerja Karyawan Pada Rumah Makan Jatinangor, Sumedang. *Jurnal Riset Manajemen Indonesia (JRMI)*, 5(3). <https://jurnal.pascabangkinang.ac.id/index.php/jrmi>
- Herdiani, A., & Butar. (2024). Literature Review: Pola Makan Sehat dalam Masyarakat Terhadap Kesehatan dan Gizi. *Jurnal Kesehatan*, 2(2), 119–124.
- Herlianty, Sumidawati, N. K., & Bakue, T. (2024). Pentingnya Makan Makanan Sehat dan Bergizi Seimbang Bagi Anak Sekolah Dasar. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 40–46. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v3i1.66>
- Hidayah, A. N., Lestari, S., & Pertiwi, K. D. (n.d.). Status Gizi dan Kadar Hemoglobin sebagai Faktor Risiko Kelelahan Kerja pada Pemulung di TPA Blondo, Semarang. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 74–81.
- Humaerah, S., Fajariani, N., & Amalyah, R. (2023). Pengaruh Human Capital dan Motivasi Kerja terhadap Produktivitas Karyawan. *Jurnal Ekonomi, Manajemen, Dan Akuntansi*, 25(4), 707–715.
- International Labour Organization. (2025, January 17). *Statistics on Labour Productivity*. International Labour Organization. <https://ilostat.ilo.org/topics/labour-productivity/>
- Kemenker RI. (2023). *Apa Itu Produktivitas?* Kementrian Ketenagakerjaan Republik Indonesia. <https://bantuan.kemnaker.go.id/support/solutions/articles/43000705551-apa-itu-produktivitas->
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Depkes RI*.
- Khasanah, L., Rahmawati, Y. D., & Wahyani, A. D. (2023). Hubungan Asupan Kalori, Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Karyawan Universitas Muhadi Setiabudi. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 4(02), 20–25.

- Kim, S. L., Shin, S., & Yang, S. J. (2022). Iron Homeostasis and Energy Metabolism in Obesity. *Clinical Nutrition Research*, 11(4), 316–330. <https://doi.org/10.7762/cnr.2022.11.4.316>
- Kumbadewi, L. S., Suwendra, I. W., & Susila, G. P. A. J. (2021). Pengaruh Umur, Pengalaman Kerja, Upah, Teknologi, Lingkungan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan. *Universitas Pendidikan Ganesha*, 9.
- Lidya, Yudistira, S., Hekmah, N., & Norhasanah. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Karyawan RSUD H. Badaruddin Kasim Tanjung. *JGK*, 16(1).
- Maedah, A. L., Sitoayu, L., Melani, V., Nuzrina, R., & Kuswari, M. (2023). Status Gizi, Kebiasaan Sarapan dengan Produktivitas Kerja Karyawan Startup Jakarta. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 4(2), 206–215. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.239>
- Mahawati, E., Yuniwati, I., Ferinia, R., Rahayu, P. P., Fani, T., Sari, A. P., Setijianingsih, R. A., Fitriyatunur, Q., Sesilia, A. P., Mayasari, I., Dewi, I. K., & Bahari, S. (2021). *Analisi Beban Kerja dan Produktivitas Kerja* (Vol. 1). Yayasan Kita Menulis.
- Menteri Kesehatan, R. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014*.
- Menteri Kesehatan, R. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019*. www.peraturan.go.id
- Mukti, M. H., & Asmaroni, D. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produktivitas Tenaga Kerja berdasarkan Sistem Pemberian Upah Borongan di Kabupaten Sampang (Studi Kasus Pembangunan ICU RSUD Kabupaten Sampang). *Jurnal Manajemen Aset Infrastruktur & Fasilitas*, 4(1).
- Nababan, Balmer. (2016). *Pengukuran Produktivitas: Nasional Regional Sektoral*. Kementerian Ketenagakerjaan; Badan Pusat Statistik.
- Nisrina, O. S., Sulistyowati, E., Luthfiah, F., & Sutjiati, E. (2024). Beban Glikemik Diet Diabetes Melitus, Tingkat Konsumsi Energi, Protein, dan Serat Kaitannya dengan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Nutriture Journal*, 3(2), 57. <https://doi.org/10.31290/nj.v3i2.4200>
- Novianti, B., Kurniawan, B., & Widjasena, B. (2017). Hubungan Antara Usia, Status Gizi, Motivasi Kerja, dan Pengalaman Kerja dengan Produktivitas Kerja Operator Bagian Perakitan di PT. X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(5), 2356–3346. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>

- Nuradhiani, A. (2021). Status Gizi dan Kelelahan Kerja pada Ibu Hamil Bekerja. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(2), 99–102.
- Palmieri, F., Monné, M., Fiermonte, G., & Palmieri, L. (2022). Mitochondrial transport and Metabolism of The Vitamin B-Derived Cofactors Thiamine Pyrophosphate, Coenzyme A, FAD and NAD⁺, and Related Diseases: A Review. *IUBMB Life*, 74(7), 592–617. <https://doi.org/10.1002/iub.2612>
- Panjaitan, M. (2017). Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan. *Jurnal Manajemen*, 3(2), 1–5. <http://ejournal.lmiimedan.net/index.php/jm/article/view/7/7>
- Parinduri, A. I., Siregar, A. F., & Octavariny, R. (2021). Edukasi Gizi Kerja Untuk Peningkatan Produktivitas Pada Tenaga Kerja. *Jurnal Pengmas Kestra (JPK)*, 1(1), 213–216. <https://doi.org/10.35451/jpk.v1i1.718>
- Partuti, T., & Ekawati, R. (2019). Hubungan antara Status Gizi dengan Produktivitas Tenaga Kerja Wanita IKM Gipang Wilayah Cilegon. *Jurnal Harakat*, 126–131.
- Purbaya, H., & Paskarini, I. (2020). Correlation of Nutritional Status and Subjective Fatigue with the Productivity of Labourers. *Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v9i1.2020.1-11>
- Puspasari, D. A., & Handayani, H. R. (2020). Analisis Pengaruh Pendidikan, Kesehatan, dan Upah terhadap Produktivitas Tenaga Kerja Di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Dinamika Ekonomi Pembangunan*, 3(1), 65–76. https://ejournal.undip.ac.id/index.php/dinamika_pembangunan/index
- Rachmah, Q., Martiana, T., Paskarini, I., Dwiyantri, E., Widajati, N., Ernawati, M., Ardyanto, Y. D., Tualeka, A. R., Haqi, D. N., Arini, S. Y., & Alayyannur, P. A. (2022). The Effectiveness of Nutrition and Health Intervention in Workplace Setting: A Systematic Review. *Journal of Public Health Research*, 11, 2312.
- Ramadhanti, A. A. (2020). Status Gizi dan Kelelahan terhadap Produktivitas Kerja. *Jurnal Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 213–218. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.251>
- Rektorat UPNVJ. (2019). *Peraturan Rektorat UPNVJ tentang Kode Etik Dosen*.
- Rismayanti, F., Mulia, F., & Komariah, K. (2020). Peran Promosi Jabatan terhadap Peningkatan Produktivitas Kerja Karyawan. *E-Journal Ekonomi Dan Bisnis Universitas Udayana*, 9, 303–312.
- Salim, A., & Basrowi, R. W. (2024). The Impact of Nutrition Education in Workplace. *Journal of Indonesian Specialized Nutrition*, 1(4), 153–160. <https://doi.org/10.46799/jisn.v1i4.21>

- Salmadita, A., Mahfud, A. A. B., Sopianu, D., Amelia, D., Fazhari, F. A., Nursella, H. Q., Fauzi, I., Ellenasari, J., Tegar, L. M., Irawan, Y. C., & Kusumawati, D. (2024). Mewujudkan Pola Makan Gizi Seimbang untuk Kesehatan Optimal Anak di Desa Margaluyu Garut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(7), 2945–2951.
- Shafitra, M., Permatasari, P., Agustina, A., & Ery, M. (2020). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja di PT Gatra Tahun 2019. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 50–56. <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.1.50-56>
- Sitorus, N. L., & Salsabila, I. N. (2023). Impact of Iron Deficiency on Cognition in School Age Children. *Journal of Indonesian Specialized Nutrition*, 1.
- Stitaprajna, A., & Aslam, M. (2020). Hubungan Status Gizi dan Asupan Energi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja PT. Propack Kreasi Mandiri Cikarang. *Jurnal Nutrisia*, 22(2), 86–93. <https://doi.org/10.29238/jnutri.v22i2.190>
- Stosovic, D., Vasiljevic, N., Jovanovic, V., Cirkovic, A., Paunovic, K., & Davidovic, D. (2021). Dietary Habits of Older Adults in Serbia: Findings From the National Health Survey. *Frontiers in Public Health*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.610873>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Vol. 4, Issue 1).
- Sumarlin, R. (2021). Penilaian Status Gizi. *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
- Sumigar, J. T., Kawatu, P. A. T., & Korompis, G. E. C. (2020). Hubungan antara Motivasi Kerja dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja Bagian Open Area di PT. Tropica Cocoprima Desa Lelema Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 195–201.
- Sunaryo, M., & Ratriwardhani, R. A. (2023). Analysis of the effect of Nutritional Status, Workload and Work Period On Worker Productivity. *Bali Medical Journal*, 12(3), 2774–2777. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i3.4373>
- Suparman, & Muzakir. (2021). Model Pengukuran Produktivitas Tenaga Kerja Kabupaten/Kota di Sulawesi Tengah. *Jurnal Ilmiah Mea (Manajemen, Ekonomi, Dan Akuntansi)*, 5(3), 2021.
- Suryaningtyas, Y., & Widajati, N. (2017). Iklim Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja di Ballast Tank Bagian Reparasi Kapal PT. X Surabaya. *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 3(1), 31–46.

- Tardy, A. L., Pouteau, E., Marquez, D., Yilmaz, C., & Scholey, A. (2020). Vitamins and minerals for energy, fatigue and cognition: A narrative review of the biochemical and clinical evidence. In *Nutrients* (Vol. 12, Issue 1). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/nu12010228>
- Teh, M. R., Armitage, A. E., & Drakesmith, H. (2024). Why Cells Need Iron: A Compendium of Iron Utilisation. *CelPress*, 35(12), 1026–1049. <https://doi.org/10.1016/j.tem.2024.04.015>
- Tobelo, C. D., Malonda, N. S. H., & Amisi, M. D. (2021). Gambaran Pola Makan pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2).
- Ulasawini, A. A., Hamzah, M. M., & Alfiani, A. D. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Produktivitas pada Pekerja SPBU. *Jurnal of Public Health and Industrial Nutrition*, 2(2).
- Umairi, N., Amaliah, L., & Perdana, F. (2024). Hubungan Status Gizi, Asupan Energi Sarapan, Kebiasaan Sarapan, dan Lingkungan Kerja Fisik dengan Produktivitas Kerja: (Studi Kasus Tenaga Kerja Laki-laki Divisi Maintenance PT. X di Kota Cilegon). *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(1), 84. <https://doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.24823>
- Umar, C. B. P. (2021). Penyuluhan Tentang Pentingnya Peranan Protein dan Asam Amino Bagi Tubuh di Desa Negeri Lima. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 1(3).
- Wandani, N. K. A. S., & Margareta, M. (2022). Dampak Pekerjaan Sebagai Panggilan terhadap Kepuasan Kerjadan Komite Organisasional. *Mega Aktiva: Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, 11(1). <https://doi.org/10.32833/majem.v11i1.214>
- WHO. (2000). The Asia-Pacific Perspective: Redefining Obesity and its treatment. *World Health Organization Western Pasific Region*.
- Wijayanthi, P. R., Muthohharoh, V. D., Fitkarani, O. L., & Bernarto, I. (2024). Hubungan Beban Kerja, Pola Makan, Status Gizi terhadap Produktivitas Kerja pada Dokter dan Perawat di RS XYZ Sumatera Selatan. *Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 6. <https://doi.org/10.38035/rrj.v6i3>
- Wirawan, P. J., Haris, I. A., & Suwena, K. R. (2018). Pengaruh Disiplin Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Bagian Produksi pada PT. Tirta Mumbul Jaya Abadi Tahun 2016. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 10.

- Wulandari, Y., & Kusjono, G. (2024). Pengaruh Pelatihan dan Motivasi terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT Alva Karya Perkasa. *Jurnal Pemasaran, Keuangan Dan Sumber Daya Manusia*, 4(3), 497–505.
- Yahia, E. M., Celis, M. E. M., & Svendsen, M. (2018). *The Contribution of Fruit and Vegetable Consumption to Human Health*. 1(2).
- Yoshii, K., Hosomi, K., Sawane, K., & Kunisawa, J. (2019). Metabolism of Dietary and Microbial Vitamin B Family in The Regulation of Host Immunity. *Frontiers in Nutrition*, 6. <https://doi.org/10.3389/fnut.2019.00048>
- Zahra, Y. A., & Riyadi, H. (2022). Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Produktivitas Kerja Karyawan Tambang Batu Bara PT. Kaltim Prima Coal. *Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor*, 1(1), 34–41. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizidietetik>
- Zuhriyah, A., & Indrawati, V. (2021). Konsumsi Energi, Protein, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi Siswa SDN Dukuhsari Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*.