

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani & Wirjatmadi 2012, *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*, Kencana, Jakarta.
- Adi, A.C., & Arifandy, R 2016. 'Pengaruh Substitusi Tempe Dan Penambahan *Isolated Soy Protein* Terhadap Mutu Organoleptik Dan Kandungan Protein Sosis Ayam', *Media Gizi Indonesia*, vol.5, no 3, 11, hlm 80-87.
- AKG 2013, 'Angka Kecukupan Gizi Energi, Protein, Lemak, Mineral dan Vitamin yang di Anjurkan Bagi Bangsa Indonesia'. Lampiran Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013
- Almatsier, S 2002, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Almatsier, S 2010, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Almatsier, dkk 2011, *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*, PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Anamis, D. R., & Rachmad, A 2015, 'Aplikasi Penentuan Gizi Dan Makanan Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit', *Multitek Indonesia*, vol. 9, no 1, hlm 8–15.
- Andhani, NR & Irianto, SE 2012, 'Perbedaan Asupan Serat Dan Cairan Berdasarkan Tingkat Pendidikan, Status Ekonomi, Dan Status Gizi Pada Lansia Di Provinsi Riau (RISKESDAS 2010)', *Nutrire Diasta*, vol.5, no. 1, hlm 15-25.
- Aritonang, I 2013, *Memantau dan Menilai Status Gizi Anak*, Leutika Books, Yogyakarta.
- Astawan, M 2009, *Panduan Karbohidrat Terlengkap*, PT Gramedia Pustaka, Jakarta.
- Baiti, A.N 2015, *Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Konsumsi Serat Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMK Batik 2 Surakarta*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Blum, dkk 2018, 'The growth hormone-insulin-like growth factor-I axis in the diagnosis and treatment of growth disorders', *Endocrine Connections*, vol. 7, no.6, hlm 212-22

- Chen, T., dkk 2014, 'Sleep duration in Chinese adolescents: biological, environmental, and behavioral predictors', *Sleep Medicine*, vol. 15, no.11, hlm 1345–1353
- Danim, S 2013, *Perkembangan Peserta Didik*, Alfabeta, Bandung.
- Damayanti, R. A. M 2017, *Hubungan Penggunaan Gadget dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Anak Usia Remaja Awal SDN di Kecamatan Godean*, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Departemen Kesehatan R.I. 2011, *Pedoman Praktis Memantau Status Gizi Orang Dewasa*, Depkes, Jakarta.
- Djibran, M. R., & Hulukati, W 2018, 'Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo', *Jurnal Bikotetik*, vol.2, no. 3, hlm 73–80.
- Dhillon, J. dkk 2016, 'The Effect of Increased Protein Intake on Fullness: A Meta Analysis and Its Limitations', *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, vol. 116, no.6, hlm 968-983.
- Febriani, R. T dkk 2019, 'Consumption of Fat, Protein, and Carbohydrate Among Adolescent with Overweight / Obesity', *Journal of Maternal and Child Health*, vol. 4, no. 2, hlm 70–76
- Febry d 2013, *Ilmu gizi untuk praktisi ilmu Kesehatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Fenny & Supriatmo 2015, 'Hubungan Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran', *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*, vol. 5, no.3, hlm 140-147
- Fikrahayu N 2012, *Hubungan Antara Asupan serat dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi Lebih Pada Siswa SMP 115 Jakarta Selatan*, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Guyton, & Hall 2011, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (Edisi 12)*, EGC, Jakarta.
- Hardiansyah dan Supariasa, 2016. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*, EGC, Jakarta.
- Harjis, Z 2019, *Hubungan Asupan Karbohidrat , Asupan Serat Dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Remaja Di Sma Negeri 06 Kota Padang Tahun 2018*, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
- Hartaji, D 2012, 'Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua', Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

- Hasdianah, dkk 2014, '*Gizi pemanfaatan gizi, diet dan obesitas*', Nuha Medika, Yogyakarta.
- Hendrayati, dkk 2010, 'Pengetahuan Gizi, Pola Makan dan Status Gizi Siswa SMP Negeri 4 Tompobulu Kab. Bantaeng. Poltekkes Makassar', *Media Gizi Pangan*, Vol. IX. Edisi 1, hlm 33-40
- Herman, R dkk 2015, 'Protein-Energy Intakes and Nutritional Status of in-School Adolescents in Baham, Cameroon', *Journal of Nutritional Disorders & Therapy*, vol. 6, no.2,hlm 6–10.
- Hermaningsih, A 2010, '*Manfaat Serat Dalam Menu Makanan*', Universitas Mercu Buana, Jakarta
- Hinga, E.K 2019, '*Gambaran Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Underweight Di Kota Kupang*, Program Studi Gizi Politeknik Kesehatan Kupang.
- Howlett JF dkk 2010, 'The definition of dietary fiber – discussions at the Ninth Vahouny Fiber Symposium: building scientific agreement', *Food Nutr Res*, vol. 54, hlm 1–5.
- Ilham, dkk 2019, 'Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Asupan Zat Gizi (Karbohidrat, Protein, Lemak, Zat Besi, Dan Vitami C) Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat I Dan II Program Studi Gizi Di Stikes Perintis Padang Tahun 2019', *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, vol.2, no.1, hlm 81-92
- Ilham, Oktorina, S., & As'at 2017. Hubungan Asupan Energi dan Protein Terhadap Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Studi Kasus pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. *Journal of Health Science and Prevention*. Vol. 1, no.2. hlm 97-106
- Irdiana, & Nindya 2017, 'Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Siswi SMAN 3 Surabaya', *Amerta Nutr*, hlm 227-235
- Kementerian Kesehatan RI 2012, '*Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas pada Anak Sekolah*', Kemenkes RI, Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI 2014, '*Pedoman Gizi Seimbang*', Kemenkes RI, Jakarta
- Kemenkes RI 2018, , '*Buku saku pemantauan status gizi tahun 2017*', Kemenkes RI, Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI 2018, '*Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*', Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.

- Khomsan, A 2004, *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Knutson, K. L dkk 2017, 'The National Sleep Foundation's Sleep Health Index', *Sleep Health*. Vol. 3, no. 4, hlm 234–240.
- Kusmawati, W dkk 2019, *Buku Ajar Ilmu Gizi Olahraga*, Uwais Inspirasi Indonesia, Sidoarjo
- Lestari, R 2018, *Hubungan Tingkat Asupan Energi dan Durasi Tidur dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lubis, Y. T 2018, *Hubungan Penerapan Prinsip Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan*, Politeknik Kesehatan Medan Jurusan Gizi.
- Lubis, Z 2009, *Hidup sehat dengan Makanan Kaya Serat*, IPB Press, Bogor.
- Maharani, dkk 2017, 'Aktivitas fisik, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan serat dan status gizi lebih pada remaja', *Jurnal Media Kesehatan*, Vol 10, no.2, hlm 167–172.
- Makaryani, R.Y 2013, *Hubungan Konsumsi Serat Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja Putri SMA Batik 1 Surakarta*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Marfuah D, dkk 2013, 'Durasi dan Kualitas Tidur Hubungannya dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul', *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*. Vol. 1, no. 2, hlm 93- 101.
- Moorcroft, W.H 2013, *Understanding Sleep and Dreaming Second Edition*, Fort Collins: Springer
- Mokolensang OG, dkk 2016, 'Hubungan Pola Makan Dan Obesitas Pada Remaja di Kota Bitung', *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, vol.4, no. 1, hlm 128-135.
- Morselli, dkk 2012, 'Sleep and Metabolic Function', *European Journal Of Physiology*, Vol. 463, no. 1, hlm 139-160
- Notoatmodjo, S 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nova, M., & Yanti, R 2018, 'Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Siswa Mts An-Nur Kota Padang', *Jurnal Kesehatan Perintis*, vol.5, no.2, hlm 195–201.

- Nur, M 2012, *Hubungan waktu tidur dengan status gizi pada anak remaja di SMAN 5 Makassar*, Jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.
- Par'I, HM 2016, '*Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*', Penerbit Buku Kedokteran ECG, Jakarta
- Pertiwi, I dkk 2018, 'Hubungan Sarapan, Kecukupan Energi Dan Protein Terhadap Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun Di Provinsi Lampung (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2010)', *Nutrite Diaita*.vol.6, no. 1, hlm 24-31
- Pratami, T dkk 2016, 'Hubungan Penerapan Prinsip Pedoman Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Mahasiswa S1 Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, vol.4, no.4, hlm 561–569.
- Proverawati 2011, *Anemia dan Anemia Kehamilan*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Putra, T.E 2017, *Hubungan Antara Durasi Dan Kualitas Tidur Dengan Overweight Pada Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta*, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Putra,Y.K 2017, *Hubungan IMT, Konsumsi Zat Gizi Makro Mikro dan Aktivitas Fisik Dengan Status Kebugaran Pada Mahasiswa Gizi FIKES UPN "Veteran" Jakarta*, Fakultas Ilmu Kesehatan. UPN "Veteran" Jakarta
- Rafknowledge 2004, *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*, Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Rahmawati, T 2017, 'Hubungan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi Semester 3 Stikes Pku Muhammadiyah Surakarta', *PROFESI*, vol 14, no. 2, hlm 49-57.
- Rasyid, I. dkk 2017, 'Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang', *Jurnal Kesehatan Andalas*, vol.6, no. 1, hlm 49–54.
- Ratnaningtyas, & Fitriani, 2019, 'Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir', *EDU MASDA JOURNAL*, vol. 3, no. 2, hlm 181-191.
- Reutrakul, and Eve, 2017, 'Interactions Between Sleep, Circadian Function, And Glucose Metabolism: Implications for Risk And Severity Of Diabetes', *New York Academy Of Sciences*.hlm 151-173.

- Ririn, K 2010, *Hubungan tingkat Asupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, dan serat dengan Status Obesitas pada siswa SD*, Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
- Rizqiya, & Syafiq, 2019, 'Asupan Serat Sebagai Faktor Dominan Obesitas Perempuan Pralansia Fiber Intake As Dominant Factor Of Middle Aged Women Obesity', *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, Vol.5 No.1, hlm 4–10.
- Rokhmah, F dkk 2016, 'Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu', *Media Gizi Indonesia*, vol 11 No, hlm 94–100.
- Santoso A 2011, 'Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan', *Magistra*, vol. hlm35–40.
- Saputri, W 2018, *Hubungan Aktivitas Fisik dan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Pada Remaja di SMPN 2 Klego Boyolali*, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Sari, M dkk 2018, 'Asupan Karbohidrat Dan Protein Berhubungan Dengan Status Gizi Anak Sekolah Di Syafana Islamic School Primary, Tangerang Selatan Tahun 2017', *ARGIFA*.vol. 3, no.1,hlm 48-58.
- Savitri, S 2005, '*Gizi Remaja Putri*.Jakarta', Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Savitri, W 2015, *Hubungan Body Image, Pola Konsumsi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Siswi Sman 63 Jakarta*, Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Sayogo, S 2011. *Asupan Energi dan Zat Gizi Kurang Dari Angka Kecukupan Gizi Remaja Putri*, FK UI, Jakarta
- Septiana, & Irwanto 2018, 'Hubungan Durasi Tidur dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia 3–8 Tahun', *Global Medical & Health Communication*, vol. 6, no. 1, hlm 63–67
- Setyandari, R 2016, *Hubungan Durasi Tidur Dengan Status Gizi Dan Kadar Hemoglobin Pada Pekerja Shift Wanita*, Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Setyawati, & Rimawati, 2016, 'Pola Konsumsi Fast Food Dan Serat Sebagai Faktor Gizi Lebih Pada Remaja', *Unnes Journal of Public Health*, vol.5, no.3, hlm 275-284

- Shanti, K dkk 2018, 'Asupan Serat Dan IMT Wanita Usia Subur Suku Madura Di Kota Malang', *Indonesian Journal of Human Nutrition*, vol.1, no. 1, hlm 14–22.
- Sinaga, Y. dkk 2015, 'Hubungan Kualitas Tidur dengan Obesitas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014', *Jom FK*, vol.2, no. 2, hlm 1-8.
- Siregar, E 2019, 'The Influence of LifeStyle on Employee Nutritional Status of Health Polytechnic Directorate Health Ministry Medan', *Journal Of Pharmaceutical And Sciences*, vol. 2, no.2, hlm 29–35.
- Siwi, & Paskarini, 2018, 'Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Protein dengan Status Gizi', *The Indonesian Journal Public Health*. Vol.13, no.1, hlm 1-12
- Siswoyo, D 2007, *Ilmu Pendidikan*, UNY Press, Yogyakarta.
- Sugiyono, 2012, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*, Alfabeta, Bandung.
- Sulistyoningsih 2011, *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*, Graha Ilmu, Yogyakarta
- Susilo, N. S 2018, *hubungan durasi tidur, night time eating, dan aktifitas fisik dengan status gizi mahasiswa gizi dan non gizi IPB*, Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor.
- Supariasa, dkk 2014, *Penilaian Status Gizi*, Penerbit Buku Kedokteran ECG, Jakarta
- Supariasa, dkk. 2016. *Penilaian Status Gizi*, EGC, Jakarta.
- Susilowati, K 2016. *Gizi dalam Daur Kehidupan*, PT Refika Aditama, Bandung.
- Stenholm, S dkk 2011, 'Self-Reported Sleep Duration and Time in Bed as Predictors of Physical Function Decline: Results from the InCHIANTI Study', *Sleep*, vol. 34, no.11, hlm 1583–1593.
- Thasim, S dkk 2013, Pengaruh edukasi terhadap perubahan pengetahuan dan asupan zat gizi pada anak gizi lebih di SDN Sudirman I Makassar Tahun 2013, Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Thompson & Voughan 2011, 'Science of Nutrition. 2nd ed. USA', *Pearson Educatin Inc.*; hlm 126-7,345.
- Yusuf, S 2012, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Remaja Rosdakarya, Bandung

Zuhdy, N 2015, 'Hubungan Pola Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Status Gizi Pada Pelajar Putri Sma Kelas 1 Di Denpasar Utara', (Tesis)Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Udayana.

**Dini Rachmadianti, 2020**

***HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN, SERAT DAN DURASI TIDUR DENGAN STATUS GIZI MAHASISWA S-1 ILMU GIZI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA***

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, 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)]