

DAFTAR PUSTAKA

- Aandstad, A., Holtberget, K., Hageberg, R., Holme, I., & Anderssen, S. A. (2014). Validity and reliability of bioelectrical impedance analysis and skinfold thickness in predicting body fat in military personnel. *Military Medicine*, 179(2), 208–217. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-12-00545>
- Akhriani, M. (2023). Pengkajian Status Gizi Berdasarkan Persen Lemak Tubuh Dan Pemberian Konseling Interpretasi Hasil Pengukuran Pada Pkm Di Milad Universitas Aisyah Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(2), 112–116. <https://doi.org/10.30604/abdi.v5i2.1319>
- Al Hammadi, E. (2017). Effects of Dietary Fiber Intake on Body Weight and Waist Circumference. *Arab Journal of Nutrition and Exercise (AJNE)*, 1(2), 77. <https://doi.org/10.18502/ajne.v1i2.1225>
- Azwar, A. G. (2021). Analisis Beban Kerja Mental, Beban Kerja Fisik Dan Kantuk Pada Petugas Keamanan Perguruan Tinggi “Abc” Dengan Menggunakan Nasa Tlx Dan Kss. *Techno-Socio Ekonomika*, 14(2), 102. <https://doi.org/10.32897/techno.2021.14.2.621>
- Babalola, A. A. A. (2011). Comparative Study On Effect of Frying Process on The Fatty Acid Profile of Vegetable Oil and Palm Oil. *International Scientific Research Journal*, 3, 215. https://www.researchgate.net/profile/Gaddam-Latha/publication/235943248_PREVALENCE_OF_INHALANT_ALLERGENS_IN_NASOBRONCHIAL_ALLERGY_IN_HYDERABAD_REGION_INDIA/links/55604f2b08ae6f4dcc9294c0/PREVALENCE-OF-INHALANT-ALLERGENS-IN-NASOBRONCHIAL-ALLERGY-IN-HYDERABAD
- Banna, J. C., McCrory, M. A., Fialkowski, M. K., & Boushey, C. (2017). Examining Plausibility of Self-Reported Energy Intake Data: Considerations for Method Selection. *Frontiers in Nutrition*, 4(September), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fnut.2017.00045>
- Cahyorini, R. W., Komalyana, I. N. T., & Suwita, I. K. (2022). Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food terhadap Kejadian Gizi Lebih pada Remaja. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 2(2), 123. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v2i2.54283>
- Chen, W. (2023). Associations of specific dietary unsaturated fatty acids with risk of overweight / obesity: population-based cohort study. June. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1150709>
- Dalimunthe, N. K. (2022). Alternatif Penilaian Status Gizi Untuk Deteksi Risiko Obesitas: Review. *Bimbi*, 7(2), 8–18.
- Damayanti, R., Sumarmi, S., & Mundiastuti, L. (2019). Hubungan Durasi Tidur dengan Kejadian Overweight dan Obesitas pada Tenaga Kependidikan di Lingkungan Kampus C Universitas Airlangga. *Amerta Nutrition*, 3(2), 89–93. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i2.2019.89-93>
- Dreon, D. M., Frey-Hewitt, B., Ellsworth, N., Williams, P. T., Terry, R. B., & Wood, P. D. (2019). Dietary fat: Carbohydrate ratio and obesity in middle-aged men. *American Journal of Clinical Nutrition*, 47(6), 995–1000.

<https://doi.org/10.1093/ajcn/47.6.995>

- Duarte, C. K., dos Santos, A. L. T., Kirst, C., Nunes, G. da S., de Franceschi, K., de Azevedo, M. J., & Zelmanovitz, T. (2019). Dietary source of saturated fat and percentage body fat of patients with type 2 diabetes mellitus: A cross-sectional study. *Food Science and Nutrition*, 7(1), 195–204. <https://doi.org/10.1002/fsn3.853>
- Fajria, Karisma. (2023). 'Hubungan Keberagaman Pangan, Kecukupan Asupan Lemak dan Karbohidrat, Serta Kualitas Tidur terhadap Persen Lemak Tubuh pada Pekerja Kantoran (Studi pada Pekerja di Universitas Jenderal Soedirman), Skripsi, Jurusan Ilmu Gizi Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Frankenfield, D. C., Rowe, W. A., Cooney, R. N., Smith, J. S., & Becker, D. (2001). Limits of body mass index to detect obesity and predict body composition. *Nutrition*, 17(1), 26–30. [https://doi.org/10.1016/S0899-9007\(00\)00471-8](https://doi.org/10.1016/S0899-9007(00)00471-8)
- Haldar, S., Ponnalagu, S., Osman, F., Tay, S. L., Wong, L. H., Jiang, Y. R., Leow, M. K. S., & Henry, C. J. (2022). Increased Consumption of Unsaturated Fatty Acids Improves Body Composition in a Hypercholesterolemic Chinese Population. *Frontiers in Nutrition*, 9(April). <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.869351>
- Halim Santoso, A., Olivia Lontoh, S., Christian Gunaidi, F., Harum Istikanto, F., Destra, E., Kurniawan, J., Anggraeni, N., Surya Cahyadi, S., & Mayvians, T. (2021). Correlation between demography factors, nutrition and anthropometri on hipertension prevalence of security guards at University of Tarumanegara Jakarta. *Ebers Papyrus*, 27(1), 75–90.
- Hamidah, S., Sartono, A., & Kusuma, H. S. (2017). Perbedaan Pola Konsumsi Bahan Makanan Sumber Protein di Daerah Pantai, Dataran Rendah dan Dataran Tinggi. *Jurnal Gizi*, 3(1), 21–28. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/view/2700>
- Hartanti, D., & Mulyati, T. (2018). Hubungan Asupan Energi, Serat, Dan Pengeluaran Energi Dengan Rasio Lingkar Pinggang-Panggul (Rlpp). *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 1(2), 46. <https://doi.org/10.21580/ns.2017.1.2.2359>
- Ho-Pham, L. T., Lai, T. Q., Nguyen, M. T. T., & Nguyen, T. V. (2015). Relationship between body mass index and percent body fat in Vietnamese: Implications for the diagnosis of obesity. *PLoS ONE*, 10(5), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0127198>
- Isnaini, A. (2022). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Asupan Serat, dan Durasi Tidur, terhadap Status Gizi pada Satpol PP di Sampang Madura.
- Jeser, T. A., & Santoso, A. H. (2021). Hubungan asupan serat dalam buah dan sayur dengan obesitas pada usia 20-45 tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 383–390. <https://doi.org/10.24912/tmj.v4i1.13733>
- Kelly, O. J., Gilman, J. C., & Ilich, J. Z. (2019). Utilizing dietary nutrient ratios in

- nutritional research: Expanding the concept of nutrient ratios to macronutrients. *Nutrients*, 11(2). <https://doi.org/10.3390/nu11020282>
- Kemendes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In Lembaga Penerbit Balitbangkes (p. 156).
- Kemendes RI. (2019). Permenkes Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan. Peraturan Permenkes, 1(1), 2019.
- Kurniasanti, P. (2020). Hubungan Asupan Energi, Lemak, Serat, dan Aktivitas Fisik dengan Visceral Fat Pada Pegawai Uin Walisongo Semarang. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 4(2), 139–152. <https://doi.org/10.21580/ns.2020.4.2.7150>
- Kusharto, C. M. (2007). Serat Makanan Dan Perannya Bagi Kesehatan. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 1(2), 45. <https://doi.org/10.25182/jgp.2006.1.2.45-54>
- Lestari, E., & Dieny, F. F. (2016). Pengaruh konseling gizi sebaya terhadap asupan serat dan lemak jenuh pada remaja obesitas di semarang. *Journal of Nutrition College*, 5(2), 36–43.
- Lidiyawati. (2014). Hubungan Asupan Asam Lemak Jenuh, Asam Lemak Tidak Jenuh dan Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Wanita Menopause di Kelurahan Bojongsalaman. Department of Nutrition and Development, 1–31.
- Lidiyawati, & Kartini, A. (2014). Hubungan Asupan Asam Lemak Jenuh, Asam Lemak Tidak Jenuh Dan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Kelurahan Bojongsalaman. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 612–619. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6860>
- Lubis, M. Y., Hermawan, D., Febriani, U., & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Faktor Keturunan, Jenis Kelamin Dan Tingkat Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Universitas Malahayati Tahun 2020. *Human Care Journal*, 5(4), 891. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i4.744>
- Miller, W. C., Niederpruem, M. G., Wallace, J. P., & Lindeman, A. K. (2012). Dietary fat, sugar, and fiber predict body fat content. *Journal of the American Dietetic Association*, 94(6), 612–615. [https://doi.org/10.1016/0002-8223\(94\)90155-4](https://doi.org/10.1016/0002-8223(94)90155-4)
- Morgan, Kathryn Powell, Natasha Swan, Gillian Tran, A. (2019). Saturated fats and health. 443. <https://www.gov.uk/government/publications/saturated-fats-and-health-sacn-report>
- Noer, Etika Ratna; Laksmi, K. (2014). Peningkatan Angka Kejadian Obesitas dan Hipertensi pada Pekerja Shift. *Jnh*, 2(1).
- Nugraha, A., Riyadi, M. A., & Prakoso, T. (2016). Rancang Bangun Alat Pengukur Persentase Lemak Tubuh Dengan Metode Bioelectrical Impedance (BIA) 4 Elektroda Berbasis Mikrokontroler ATmega 16. *Transient*, 5(2), 157–165. [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1434354&val=4717&title=RANCANG BANGUN ALAT PENGUKUR PERSENTASE LEMAK TUBUH DENGAN METODE WHOLE BODY MEASUREMENT BIOELECTRICAL IMPEDANCE ANALYSIS BIA EMPAT ELEKTRODA BERBASIS MIKROKONTROLER ATMEGA](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1434354&val=4717&title=RANCANG%20BANGUN%20ALAT%20PENGUKUR%20PERSENTASE%20LEMAK%20TUBUH%20DENGAN%20METODE%20WHOLE%20BODY%20MEASUREMENT%20BIOELECTRICAL%20IMPEDANCE%20ANALYSIS%20BIA%20EMPAT%20ELEKTRODA%20BERBASIS%20MIKROKONTROLER%20ATMEGA)

- Ozen, E., Mihaylova, R., Weech, M., Kinsella, S., Lovegrove, J. A., & Jackson, K. G. (2022). Association between dietary saturated fat with cardiovascular disease risk markers and body composition in healthy adults: findings from the cross-sectional BODYCON study. *Nutrition and Metabolism*, 19(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12986-022-00650-y>
- Pemayun, T. G. A. D., Budhitresna, A. A. G., & Permatananda, P. A. N. K. (2022). Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas pada Civitas Akademika Universitas Warmadewa, Bali. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 8526–8532. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/download/3711/3137>
- Praditasari, J. A., & Sumarmik, S. (2018). Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Kegemukan Pada Remaja Putri Di Smp Bina Insani Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 117. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.117-122>
- Purmaningsih, N. A. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Serat dan Konsumsi Serat Terhadap Status Obesitas Pada Remaja di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar. *Repository Poltekkes Denpasar*, 12(3), 248–253.
- Puspitasari, N. (2018). Kejadian Obesitas Sentral pada Usia Dewasa. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 2(2), 249–259. <https://doi.org/10.15294/higeia.v2i2.21112>
- Rachmadiani, D., & Puspita, I. D. (2020). Korelasi antara asupan protein, serat dan durasi tidur dengan status gizi remaja. *Jurnal Riset Gizi*, 8(2), 85–89.
- Rahman, M. M., Salikunna, N. A., Sumarni, S., Wahyuni, R. D., Badaruddin, R., Ramadhan, M. Z., & Arief, A. (2021). Hubungan Asupan Lemak Terhadap Persentase Lemak Tubuh Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tadulako Angkatan 2019. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(1), 21–29. <https://doi.org/10.22487/htj.v7i1.137>
- Retnaningrum, G., & Dieny, F. F. (2015). Kualitas Diet Dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Obesitas Dan Non Obesitas. *Journal of Nutrition College*, 4(4), 469–479. <https://doi.org/10.14710/jnc.v4i4.10150>
- Safitri, D. E., & Rahayu, N. S. (2020). Determinan Status Gizi Obesitas pada Orang Dewasa di Perkotaan: Tinjauan Sistematis The Determinants of Urban Adults' Obesity. *Arkesmas*, 5(1), 1–15.
- Saraswati, S. K., Rahmaningrum, F. D., Pahsya, M. N. Z., Paramitha, N., Wulansari, A., Ristantya, A. R., Sinabutar, B. M., Pakpahan, V. E., & Nandini, N. (2021). Literature Review: Faktor Risiko Penyebab Obesitas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 70–74. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.70-74>
- Sartika, R. A. D. (2008). Pengaruh Asam Lemak Jenuh, Tidak Jenuh dan Asam Lemak Trans terhadap Kesehatan. *Kesmas: National Public Health Journal*, 2(4), 154. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v2i4.258>
- Sefrina, L. R. (2021). Dampak Pekerjaan Shift Malam Pada Kesehatan Pekerja. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v2i2.10408>

- Sena, A. P. N., Sa, M., & Citra Palupi, K. (2020). Hubungan Asupan Zat Gizi, Indeks Massa Tubuh, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Kolesterol Darah Total Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Di Rsud Kota Prabumulih. *Health Publica Jurnal Kesehatan Masyarakat Health Publica*, 1(1), 1–12.
- Shams-White, M. M., Pannucci, T. R. E., Lerman, J. L., Herrick, K. A., Zimmer, M., Meyers Mathieu, K., Stoody, E. E., & Reedy, J. (2023). Healthy Eating Index-2020: Review and Update Process to Reflect the Dietary Guidelines for Americans, 2020-2025. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 123(9), 1280–1288. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2023.05.015>
- Sudahnan, S. (2011). Kewenangan Satpam Sebagai Tenaga Keamanan Di Perusahaan. *Perspektif*, 16(3), 140. <https://doi.org/10.30742/perspektif.v16i3.78>
- Sukianto, R. E., Marjan, A. Q., & Fauziyah, A. (2020). Hubungan tingkat stres, emotional eating, aktivitas fisik, dan persen lemak tubuh dengan status gizi pegawai Universitas Pembangunan Nasional Jakarta. *Ilmu Gizi Indonesia*, 3(2), 113. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v3i2.135>
- Supeni, K., & Asmayuni, A. (2007). KEGEMUKAN (OVERWEIGHT) PADA PEREMPUAN UMUR 25-50 TAHUN (Di Kota Padang Panjang Tahun 2007). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 2(1), 111–115. <https://doi.org/10.24893/jkma.v2i1.18>
- Suryandari, B. D. (2015). HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DENGAN OBESITAS PADA REMAJA Artikel Penelitian. 1–25.
- Susantini, P. (2021). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Persen Lemak Tubuh, dan Lemak Viscelar di Kota Semarang. *Jurnal Gizi*, 10(1), 51. <https://doi.org/10.26714/jg.10.1.2021.51-59>
- Takahashi, F., Hashimoto, Y., Kaji, A., Sakai, R., Kawate, Y., Okamura, T., Okada, H., Kitagawa, N., Nakanishi, N., Majima, S., Osaka, T., Senmaru, T., Ushigome, E., Asano, M., Hamaguchi, M., Yamazaki, M., & Fukui, M. (2022). Dietary Fiber Intake Is Related to Skeletal Muscle Mass, Body Fat Mass, and Muscle-to-Fat Ratio Among People With Type 2 Diabetes: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Nutrition*, 9(May), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.881877>
- Tamia, J. A., & Alexander, S. H. (2014). Hubungan Asupan Serat dalam Buah dan Sayur dengan Obesitas pada Usia 20–45 Tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Trang, L. T., Trung, N. N., Chu, D. T., & Hanh, N. T. H. (2019). Percentage body fat is as a good indicator for determining adolescents who are overweight or obese: A cross-sectional study in Vietnam. *Osong Public Health and Research Perspectives*, 10(2), 108–114. <https://doi.org/10.24171/j.phrp.2019.10.2.10>
- Trisna, I., & Hamid, S. (2009). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Sentral Pada Wanita Dewasa (30-50 Tah Un) Di Kecamatan Lubuk Sikaping Tahun 2008. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 3(2), 68–71. <https://doi.org/10.24893/jkma.v3i2.62>

- Utami, N. W. A. (2016). Modul Survei Konsumsi Makanan. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 001, 9–16.
- Wiardani, N. K., Sugiani, P. P. S., & Gumala, N. M. Y. (2011). Konsumsi lemak total, lemak jenuh, dan kolesterol sebagai faktor risiko sindroma metabolik pada masyarakat perkotaan di Denpasar. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 7(3), 107. <https://doi.org/10.22146/ijcn.17751>
- Widayati, A., Fenty, F., & Linawati, Y. (2019). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Gaya Hidup Sehat dengan Risiko Penyakit Kardiovaskular pada Orang Dewasa di Pedesaan di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 8(1). <https://doi.org/10.15416/ijcp.2019.8.1.1>
- Widiyawati, Riska. (2019). 'Hubungan Pola Konsumsi Pangan Tinggi Lemak, Tinggi Karbohidrat Sederhana, Konsumsi Rokok dan Durasi Tidur dengan Lingkar Perut (Studi pada Satpam di Universitas Jenderal Soedirman), Skripsi, Jurusan Ilmu Gizi Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Widyastuti, N., Dieny, F. F., & Fitranti, D. Y. (2016). Asupan lemak jenuh dan serat pada remaja obesitas kaitannya dengan sindrom metabolik. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 12(4), 131. <https://doi.org/10.22146/ijcn.22756>
- Zulfa, Q. A., Dardjito, E., & Prasetyo, T. J. (2022). Hubungan asupan zat gizi makro, kualitas tidur dan aktivitas fisik dengan status gizi pada karyawan shift di PT. Pajitex. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(2), 82. <https://doi.org/10.21111/dnj.v6i2.8310>

