

## DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, S., Putriningtyas, N.D. dan Puspaningtyas, D.E. (2019) 'Susu Kacang Tanah Efektif Menurunkan Berat Badan dan Kadar Glukosa Darah Remaja Putri Overweight', *Sport dan Nutrition Journal*, 1(1), pp. 33–39. Available at: <https://doi.org/10.15294/spnj.v1i1.31278>.
- Afifah, E. (2011) 'Efek Penta Peptida (Trp-Phe-Ile-Leu-Lys) Dan Susu Kedelai Fermentasi Steril Terhadap Profil Lipid Tikus Sprague Dawley Hiperkolesterolemia', Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada.
- Aman, A.M., Soewondo, P., Soelistijo, S A., Arsana, P M., Wismdanari., Zufri, H., Rosdani, R., Walewangko, O C. dan Epriliawati M. (2021) *Pedoman Pengelolaan Dislipidemia di Indonesia 2021*. Jakarta: PB Perkeni
- Ameliya, R. dan Handito, D. (2018) 'Pengaruh lama pemanasan terhadap vitamin C, aktivitas antioksidan dan sifat sensoris sirup kersen (*Muntingia calabura* L.)', *Pro Food*, 4(1), 289-297.
- Apriza, T., Harna, Angkasa, D. dan Nadiyah (2022) 'Hubungan antara tingkat kecukupan gizi mikro (vitamin d, natrium, kalsium) dan status gizi terhadap kejadian preeklamsia', *Media Gizi Mikro Indonesia*, 13(2), pp. 127–138. doi: 10.22435/mgmi.v13i2.5400.
- Arief, R.Q., Daniarna, F., Widayanti, L.P., Lusiana, N., Hidayati, S., Danyarini, E.N. dan Oktorina, S., (2022) 'Pengaruh Indeks Massa Tubuh, Asupan Lemak, Dan Protein Terhadap Kadar Kolesterol Remaja', *Temu Ilmiah Nasional Persagi*, 4, pp.271-278.
- Asosiasi Pelatih kebugaran Indonesia (2014) 'Cek Komposisi Tubuh dengan Bio. Impedance Analysis (BIA)' <https://apki.or.id/cek-komposisi-tubuh-dengan-bioimpedance-analysis-bia> (diakses pada tanggal 7 Maret 2024)
- Azqinar, T.C., Angraini, D.I. dan Kania, S. (2022) 'Dislipidemia'. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, pp. 1093–1100.
- Budiman, Sihombing, R. dan Pradina, P. (2015) 'Hubungan dislipidemia, hipertensi dan diabetes melitus dengan kejadian infark miokard akut', *Jurnal Kesehatan Masyarakat Danalas*, 10(1), pp. 32–37.
- Caritá, A. C., Fonseca-Santos, B., Shultz, J. D., Michniak-Kohn, B., Chorilli, M. dan Leonardi, G. R. (2020) 'Vitamin C One compound, several uses. Advances for delivery, efficiency and stability', *Nanomedicine: Nanotechnology, Biology, and Medicine*, 24(xxxx), 102117. <https://doi.org/10.1016/j.nano.2019.102117>
- Cedó, L., Reddy, S.T., Mato, E., Blanco-Vaca, F. dan EscolaGil, J.C. (2019) 'HDL and LDL: Potential new players in breast cancer development', *Journal of Clinical Medicine*, 8(6), pp. 1–21. doi: 10.3390/jcm8060853.
- Chen, J. Chen, G., Wang, X., Qin, L. dan Bai, Y. (2018) 'Dietary fiber and metabolic syndrome : a meta-analysis and review of related mechanisms'
- Davis, S. R., Castelo-Branco, C., Chedraui, P., Lumsden, M. A., Nappi, R. E., Shah, D. dan Villaseca, P. (2012) 'Memahami peningkatan berat badan saat menopause', *Climacteric*, 15, 419-29.
- de Almeida Ventura, D., de Matos Fonseca, V., Ramos, E. G., Marinheiro, L. P. F., de Souza, R. A. G., de Miranda Chaves, C. R. M. and Peixoto, M. V. M. (2014) 'Association between quality of the diet and cardiometabolic risk factors in postmenopausal women', *Nutrition journal*, 13, 1-10.

- De Souza, R. J., Mente, A., Maroleanu, A., Cozma, A.I., Ha, V., Kishibe, T., Uleryk, E., Budyolowski, P., Suchunemann, H., Beyene, J. dan Anand, S.S. (2015) 'Intake of saturated and trans unsaturated fatty acids and risk of all cause mortality, cardiovascular disease, and type 2 diabetes: Systematic review and meta-analysis of observational studies', *BMJ (Online)*, 351, pp. 1–16. doi: 10.1136/bmj.h3978.
- Del Rio, D., Rodriguez-Mateos, A., Spencer, J. P., Tognolini, M., Borges, G. dan Crozier, A. (2013) 'Dietary (poly)phenolics in human health: structures, bioavailability, and evidence of protective effects against chronic diseases', *Antioxidants & Redox Signaling*, 18(14), 1818-1892. DOI: 10.1089/ars.2012.4581.
- Den Besten, G., Van Eunen, K., Groen, A.K., Venema, K., Reijngoud, D.J. dan Bakker, B.M. (2013) 'The role of short-chain fatty acids in the interplay between diet, gut microbiota, dan host energy metabolism', *Journal of lipid research*, 54(9), pp.2325-2340.
- Dhesti, A.P. dan Widyaningsih, T.D. (2014) 'Pengaruh Pemberian Liang Teh Berbasis Cincau Hitam (*Mesona palustris* bl) Terhadap Kadar Kolesterol Tikus Wistar', *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 2(2), pp. 103–109.
- Ejtahed, H. S., Mohtadi-Nia, J., Homayouni-Rad, A., Niafar, M., Asghari-Jafarabadi, M. dan Mofid, V. (2012) 'Probiotic yogurt improves antioxidant status in type 2 diabetic patients', *Nutrition*, 28(5), 539–543. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2011.08.013>.
- Erizon, Karani Y. (2020) 'HDL dan Aterosklerosis', *Jurnal Human Care*. Vol. 5. No. 4: 1123-1131.
- Estruch, R., Ros, E., Salas-Salvadó, J., Covas, M. I., Corella, D., Arós, F. dan Martínez-González, M. A. (2013) 'Primary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet', *The New England Journal of Medicine*, 368(14), 1279-1290.
- Faadlilah, N. dan Ardiaria, M. (2016) 'Efek pemberian seduhan kulit buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terhadap kadar HDL tikus Sprague Dawley dislipidemia', *Journal of nutrition college*, 5(4), 280-288.
- Fairudz, A. dan Nisa, K. (2015) 'Pengaruh serat pangan terhadap kadar kolesterol penderita overweight', *Medical Journal Of Lampung University*, 4(8), pp. 121–126.
- Fathimah, F.Z. dan Mulyati, T. (2015) 'Pengaruh Pemberian Sarapan Tinggi Protein terhadap Tingkat Rasa Kenyang Wanita Obesitas' *Journal of Nutrition College*, 4(1), pp.10-17.
- Firani, N.K., Permataari, H.K. dan Irdani, D.F. (2021) *Tinjauan Biokimia dan Patologi Lemak*. Malang: UB press.
- Gani, H.B.S., Wongkar, D. dan Tocoalu, S.H.R. (2013) 'Perbandingan Kadar Kolesterol High Density Lipoprotein Darah Pada Wanita Obes Dan Non Obes', *Jurnal e-Biomedik*, 1(2). pp. 879–883. Available at: <https://doi.org/10.35790/ebm.1.2.2013.5473>.
- Hanum, Y. (2016) 'Dampak bahaya makanan gorengan bagi jantung', *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 14(28), pp. 103–114. Available at: <https://doi.org/10.24114/jkss.v14i28.4700>.
- Hapsari, Y.T. dan Kusumastuti, A.C. (2014) 'Pengaruh Vitamin C Terhadap Kadar Low Density Lipoprotein (Ldl) Lanjut Usia Setelah Pemberian Jus Lidah

- Buaya (*Aloe barbadensis* Miller)', *Journal of Nutrition College*, 3(4), pp. 770–776. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6879>.
- Hasyim, S. dan Bakri, H. (2018) 'Hubungan Berat Badan Dengan Kadar Kolesterol Darah Total Pada Lansia Di Puskesmas Sekupang Kota Batam', *Zona Keperawatan: Program Studi Keperawatan Universitas Batam*, 9(1), 93-100.
- Heryani, R. (2016) 'Pengaruh ekstrak buah naga merah terhadap profil lipid darah tikus putih hiperlipidemia', *Jurnal Ipteks Terapan*, 10(1), 9-17.
- Hestiningih, T., Irfannuddin, I. dan Subdanrate, S. (2022) 'Manfaat Modifikasi Gaya Hidup Terhadap Profil Lipid Anak Dan Remaja Overweight/Obese', *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 12(2), p. 85. Available at: <https://doi.org/10.32502/sm.v12i2.2764>.
- Humaera, Z., Sukdinar, H. dan Rachmayati, S. (2017) 'Korelasi Indeks Massa Tubuh dengan Profil Lipid pada Masyarakat di Jatinangor Tahun 2014', *Jurnal Sistem Kesehatan*, 3(1), pp. 12–17.
- Jati, L.U. (2014) 'Perbedaan Asupan Lemak, Lingkar Pinggang Dan Persentase Lemak Tubuh Pada Wanita Dislipidemia Dan Non Dislipidemia', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(5), pp. 292–299.
- Jeser, T. A. dan 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.
- Juwita, L. (2019) 'Durasi Menopause dengan kejadian obesitas sentral pada wanita lanjut usia', *Adi Hudasa Nursing Journal*. 5(1), 12-16.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) *Tentang Dislipidemia*. Tersedia di <https://perpustakaan.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2023/09/Kemenkes-RI-Dislipidemia.pdf>. (Diakses pada tanggal 7 Maret 2024)
- Khairani, N., Effendi, S.U. dan Utamy, L.W. (2018) 'Aktivitas Fisik Dan Kejadian Obesitas Sentral Pada Wanita Di Kelurahan Tanah Patah Kota Bengkulu', *Chmk Nursing Scientific Journal*. 2018;2(1): 11-17.
- Kumalaningsih, S., Hindun Pulungan, M. dan Raisyah (2016) 'Substitution of Red Beans Extract with Milk for The Product of Yogurt', *Jurnal Teknologi dan Manajemen Agroindustri*, 5(2), pp. 54–60.
- Lejeune, M. P., Westerterp, K. R., Adam, T. C., Luscombe-Marsh, N. D. dan Westerterp-Plantenga, M. S. (2006) 'Ghrelin and glucagon-like peptide 1 concentrations, 24-h satiety, and energy and substrate metabolism during a high-protein diet and measured in a respiration chamber', *The American journal of clinical nutrition*, 83(1), 89-94.
- Linawaty, S., Suparyatmo, J.B. dan Tahono, T. (2013) 'Angka Bdaning Apo B/Apo Ai Pada Gejala Koroner Akut', *Indonesian Journal Of Clinical Pathology Dan Medical Laboratory*, 20(1), pp.1-5.
- Listiana, E., Mustapa, R., Kohongia, A. dan Nusi, D. P. (2022) 'Pengaruh Proses Pengolahan Terhadap Kerusakan Vitamin C Sayur Daun Singkong', In *Prosiding Seminar Nasional Mini Riset Mahasiswa* (Vol. 1, No. 1).
- Manurung, M. dan Puspawati, NM. (2015) 'Efektifitas Antosianin Kulit Buah Jamblang (*Syzygium cumini*) Sebagai Penurun Low Density Lipoprotein Darah Tikus Wistar Yang Mengalami Hiperkolesterolemia', *Cakra Kimia (Indonesian EJournal of Applied Chemistry)*, 3(12);9-23.

- Marcelia, K. dan Kartasurya, M. I. (2015). *Pengaruh pemberian yoghurt kacang merah terhadap kadar kolesterol total pada wanita dislipidemia*. Doctoral dissertation, Diponegoro University.
- Maryusman, T., Imtihanah, S. dan Firdausa, N.I. (2020) 'Kombinasi Diet Tinggi Serat Dan Senam Aerobik Terhadap Profil Lipid Darah Pada Pasien Dislipidemia', *Jurnal Gizi Indonesia*, 43(2), pp. 67–76. Available at: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v43i2.354>.
- Maryusman, T., Imtihanah, S. dan Firdausa, N. I. (2020) 'Kombinasi Diet Tinggi Serat Dan Senam Aerobik Terhadap Profil Lipid Darah Pada Pasien Dislipidemia', *Jurnal Gizi Indonesia*, 43(2), 67–76
- Maulida, M., Mayasari, D. dan Rahmayani, F. (2018) 'Pengaruh Rasio Kolesterol Total terhadap High Density Lipoprotein (HDL) pada Kejadian Stroke Iskemik', *Majority*, 7(2), 214-218.
- Maulidya, R., Wiboworini, B. dan Sugiarto. (2018) 'Pengaruh Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Profil Lipid Darah Pada Pasien Dislipidemia Rawat Jalan', *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, pp. 127-133.
- Mujtahidin, A.N., Fatmaningrum, W. dan Kindanita, H. (2015) 'Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Fleksibilitas Lumbal Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran', *JUXTA: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Universitas Airlangga*, 7(1), pp. 32–36.
- Nuriannisa, F., Kertia, N. dan Lestari, L.A. (2020) 'Efek konsumsi yogurt terhadap glukosa darah puasa pada penyandang diabetes melitus tipe 2', *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(1), pp. 40–44. Available at: <https://doi.org/10.14710/jgi.8.1.40-44>.
- Pabela, I. A., Krisnasary, A. dan Haya, M. (2019) 'Pola konsumsi lemak dan rlpp berhubungan dengan kejadian penyakit jantung koroner', *Jurnal Media Kesehatan*, 12(1), pp. 21–29. doi: 10.33088/jmk.v12i1.379.
- Pandey, K. B. dan Rizvi, S. I. (2009) 'Plant polyphenols as dietary antioxidants in human health and disease', *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2(5), 270-278.
- Paruntu, O. L., Legi, N. N., Djendra, I. M. dan Kaligis, G. (2018) 'Asupan Serat Dan Magnesium Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II' *Jurnal Gizido*, 10(2), 101-107.
- Pizzino, G. Irrera, N., Cucinotta, M., Pallio, G., Mannino, F., Arcoraci, V., Squadrito, F., Altavilla, D. dan Bitto, A., (2017) 'Oxidative Stress: Harms dan Benefits for Human Health', *Oxidative Medicine dan Cellular Longevity*, 2017. Available at: <https://doi.org/10.1155/2017/8416763>.
- Potier, M., Darcel, N. and Tomé, D., (2009). 'Protein, amino acids and the control of food intake', *Current Opinion in Clinical Nutrition & Metabolic Care*, 12(1), pp.54-58.
- Prasetyo, R. A., Indreswari, L. dan Prasetyo, A. (2018) 'Effect of Vitamin C to Malondialdehyde (MDA) Level in Medical Students Jember University with Psychological Stress' *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 4(2), 96-101.
- Puspitarini, O.R. dan Susilowati, S. (2020) 'Aktivitas Antioksidan, Kadar Protein, dan Gula Reduksi Yoghurt Susu Kambing dengan Penambahan Sari Apel Manalagi (*Malus sylvestris*)', *Jurnal Peternakan Indonesia (Indonesian*

- Journal of Animal Science*), 22(2), pp. 236–241. Available at: <https://doi.org/10.25077/jpi.22.2.236-241.2020>.
- Putriningtyas, N. D., Aeni, S. dan Puspaningtyas, D. E. (2019) ‘Susu Kacang Tanah Efektif Menurunkan Berat Badan dan Kadar Glukosa Darah Remaja Putri Overweight’ *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 33-39.
- Rachmawati, S. (2014) ‘Asupan Lemak dan Kadar High Density Lipoprotein (HDL) Sebagai Faktor Risiko Peningkatan Kadar C-Creative Protein (CRP) pada Remaja Obesitas dengan Sindrom Metabolik’, *Jurnal of Nutrition Collage*, 3(3), pp. 1–26.
- Rafsanjani, M. Asriati, A. dan Kholidha, A.N. (2019) ‘Hubungan kadar high density lipoprotein (HDL) dengan kejadian hipertensi’, *Jurnal Profesi Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13(2), pp. 74–81.
- Rahman, S. (2016) ‘Studi Pendahuluan Pengaruh Alpukat Terhadap Profil Lemak di Poli Penyakit Dalam Klinik Iman’, *Buletin Farmatera*, 1(2).
- Rahmawati, A. (2014) ‘Mekanisme terjadinya inflamasi dan stres oksidatif pada obesitas’ *El-Hayah*, 5(1), 1-8.
- Raissanida, T. (2022) *Gambaran Hasil Pemeriksaan High Density Lipoprotein (Hdl) Pada Serum Hemolisis Dan Nonhemolisis Pada Pasien Diabetes Mellitus*, Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Pp 1-18.
- Rustini, N.L., Ariati, K. dan Rita, W.S. (2017) ‘Efek Ekstrak Etanol Biji Jagung (zea mays) Terhadap Profil Lipid Tikus Wistar dengan Diet Tinggi lemak’, *Jurnal Kimia*, p. 151. Available at: <https://doi.org/10.24843>.
- Safnowandi, S. (2022) ‘Pemanfaatan Vitamin C Alami sebagai Antioksidan pada Tubuh Manusia’ *Biocaster: Jurnal Kajian Biologi*, 2(1), 1-8.
- Salim, B.R.K., Wihdanani, D.M. dan Dewi, N.N.A. (2021) ‘Obesitas sebagai faktor risiko terjadinya peningkatan kadar trigliserida dalam darah: tinjauan pustaka’, *Intisari Sains Medis*, 12(2), pp.519-523.
- Saltiel, A. R. dan Olefsky, J. M. (2017) ‘Inflammatory mechanisms linking obesity and metabolic disease’ *Journal of Clinical Investigation*, 127(1), 1-4.
- Sangeetha, A., Mohan, S.K. dan Kumaresan, M. (2017) ‘Chronic Administration of Vitamin C Increases Cognitive Function in Chronic Stress-Induced Rats’, *National Journal of Physiology, Pharmacy dan Pharmacology*, 7(11), pp. 1190–1194. Available at: <https://doi.org/10.5455/njppp.2017.7.0621123062017>.
- Saputra, K.H. dan Fakhrihal, M.A. (2022) ‘Manfaat Buah Murbei sebagai Terapi Adjuvan obesitas’, *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(2), pp. 1377–1386.
- Sekarini, A. G. A., Fitrianti, D. Y., Tsani, A. dan Noer, E. R. (2022) ‘Hubungan Emotional Eating dan Kualitas Diet dengan Kenaikan Berat Badan pada Mahasiswi saat Pandemi Covid-19’ *Amerta Nutrition*, 5(3).
- Senduk, B., Bodhi, W. dan Kepel, B.J. (2016) ‘Gambaran Profil Lipid Pada Remaja Obes di Kota Bitung’, *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, 4(1), pp. 1–6.
- Setyawati, V.A.V. dan Rimawati, E. (2016) ‘Pola Konsumsi Fast Food Dan Serat Sebagai Faktor Gizi Lebih Pada Remaja’, *Unnes Journal of Public Health*, 5(3), p. 275. Available at: <https://doi.org/10.15294/ujph.v5i3.16792>.
- Sianipar, Y. dan Isnawati, M. (2012) *Pengaruh pemberian jus lidah buaya (Aloe Vera) terhadap kadar kolesterol low density lipoprotein (LDL) dan high density lipoprotein (HDL)*, Doctoral dissertation, Diponegoro University.

- Sinaga, Y. O., Tiho, M. dan Mewo, Y. M. (2013) 'Gambaran kadar kolesterol high density lipoprotein darah pada mahasiswa angkatan 2011 fakultas kedokteran universitas sam ratulangi dengan indeks massa tubuh  $\geq 23,0$  kg/m<sup>2</sup>', *Jurnal e-Biomedik*, 1(3), pp. 1096–1100. doi: 10.35790/ebm.1.3.2013.3275.
- Sinulingga, B. O. (2020) 'Pengaruh konsumsi serat dalam menurunkan kadar kolesterol', *Jurnal Penelitian Sains*, 22(1), 9-15.
- Siregar, S.R.M. dan Boy, E. (2022) 'Faktor Risiko pada Pasien Dislipidemia E-ISSN : 2722-0877', *Jurnal Implementa Husada*, 3(4), pp. 230–235.
- Skinner, A. C., Perin, E.M., Moss, L. dan Skelton, J.A. (2015) 'Cardiometabolic risks and severity of obesity in children and young adults', *New England Journal of Medicine*, 373(14), pp. 1307–1317. doi: 10.1056/nejmoa1502821.
- Slamet, A. dan Kanetro, B. (2017) 'Potensi hipolipidemik yogurt dari isolat protein biji kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus*) pada tikus hiperkolesterol dengan perlakuan jumlah pakan', *Agritech*, 37(1), 1-6.
- Spiegelman BM, dan Flier JS. (2006) Obesity and The Regulation of Energy Balance [Internet]; Philadelphia; Elseiver; (Diakses tanggal 1 Agustus 2024). Tersedia dari <http://www.cell.com/content/article>
- Sumarni, Anonim, T. dan Supriyo (2023) 'Gambaran Profil Lipid (Hdl, Ldl, Kolesterol Dan Triglisericid) Pada Orang Dengan Status Gizi Berlebih', *Jurnal Lintas Keperawatan*, 4(2), pp. 1–5.
- Susantiningasih, T. (2015) 'Obesitas Dan Stress Oksidatif', *Jurnal Kesehatan Universitas Lampung*, 5(9), pp. 89–93.
- Susantiningasih, T. (2015) 'Obesitas dan stres oksidatif', *JuKe Unila*, 5(9), 89-93.
- Takahashi, F. Hashimoto, Y., Kaji, A., Sakai, R., Kawate, Y., Okamura, T., Okada, H., Kitagawa, N., Nakanishi, N., Majima, S. dan Osaka, T., (2022) 'Dietary Fiber Intake is Related to Skeletal Muscle Mass, Body Fat Mass, dan Muscle-to-Fat Ratio Among People With Type 2 Diabetes: A Cross-Sectional Study', *Frontiers in Nutrition*, 9, pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.881877>.
- Taku, K., Umegaki, K., Sato, Y., Taki, Y., Endoh, K. dan Watanabe, S. (2007) 'Soy Isoflavones Lower Serum Total and LDL Cholesterol in Humans : a meta-analysis of 11 randomized controlled trials', *Am J Clin Nutr*, 85(1):1148–57.
- Tchernof, A. dan Després, J. P. (2013) 'Pathophysiology of human visceral obesity: an update' *Physiological Reviews*, 93(1), 359-404.
- Trisnadi, R.A., Wibowo, J.W. dan Thomas, S. (2021) 'Pengaruh Diet Tinggi Kolesterol terhadap Kadar TNF  $\alpha$ ', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*. Available at: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>.
- Uma, D.B., Ho, C.W. dan Aida, W.M.W. (2010) 'Optimization of Extraction Parameters of Total Phenolic Compounds from Henna (*Lawsonia inermis*) Leaves', *Sains Malaysiana*, 39(1), pp. 119–128.
- Utami, R. W., dan Kusumastuti, A. C. (2014) *Pengaruh Vitamin C Terhadap Kadar High Density Lipoprotein (Hdl) Lanjut Usia Setelah Pemberian Jus Lidah Buaya (Aloe barbadensis Miller)* Doctoral dissertation, Diponegoro University.
- Van der Klaauw, A.A., Keogh, J.M., Henning, E., Trowse, V.M., Dhillo, W.S., Ghatei, M.A. dan Farooqi, I.S. (2013) 'High protein intake stimulates postprandial GLP1 and PYY release', *Obesity*, 21(8), pp.1602-1607.

- Wahyuni, S. (2015) 'Dislipidemia menyebabkan stress oksidatif ditandai oleh meningkatnya malondialdehid' *Bali: Udayana University Press. Hal*, 1-84.
- Wahyuni, T. dan Diansabila, J. (2021) 'Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kadar Kolesterol Mahasiswa Program Studi Kedokteran', *Muhammadiyah Journal of Nutrition dan Food Science (MJNF)*, 1(2), pp. 48–53. Available at: <https://doi.org/10.24853/mjnf.1.2.48-53>.
- Wardani, DK. (2015) 'Hubungan Rasio Lingkr Pinggang -Panggul dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Kadar HDL dan LDL Pasien Penyakit Jantung Koroner Di Poliklinik Jantung RSUD Dr. Moewardi Surakarta', Universitas Muhammadiyah Surakarta. Naskah Publikasi.
- Wardani, S., Bogoriani, N.W. dan Rustini, N.L. (2022) 'Uji Aktivitas Ekstrak Bunga kecombrang (*Etlingera elatior* Jack) Sebagai Hipolipidemia pada Tikus Wistar Obesitas', *Journal of Science dan Applicative Technology*, 6(2), p. 118. Available at: <https://doi.org/10.35472/jsat.v6i2.1000>.
- Wibawa, J C., Arifin, M Z. dan Herawati, L. (2020) 'Mekanisme vitamin C menurunkan stres oksidatif setelah aktivitas fisik' *Jossae (Journal of Sport Science and Education)*, 5(1): pp 57-63.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG), 2004, Jakarta : Lembaga Ilmu.
- Winarsi, H., Amurwanto, A. dan Susilowati, S. (2017) 'Produksi Karimpu dan Efeknya dalam Memperbaiki Profil Lipid', *Jurna; Gizi dan Pangan Soedirman*, 1(1), pp. 10–22. Available at: <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps>.
- Winarsi, H., Ramadhan, G.R., Dewi, I.A.' dan Hernayanti, H. (2022) 'Penurunan Kadar Gula Darah Dan Lingkar Perut Penderita Diabetes Melitus Tipe-2 Menggunakan Yogurt Kecambah Kacang Tolo (*Vigna unguiculata*)', *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman*, 6(2), pp.86-101.
- Winarsi, H., Septiana, A. T. dan Roselina, A. (2020) 'Perbaikan Lingkar Perut, Tekanan Darah, Dan Body Mass Index Wanita Sindrom Metabolik Menggunakan Yogurt Susu Kecambah Kacang Merah', *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 4(2), 173-188.
- Winarsi, H., Septiana, A.T. dan Roselina, A. (2020) 'Perbaikan Lingkar Perut, Tekanan Darah, dan Body Mass Index Wanita Sindrom Metabolik Menggunakan Yoghurt Susu Kecambah Kacang Merah', *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*, 4(2), pp. 173-178. Available at: <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2020.4.2.3020>.
- Winarsi, H., Aji, D.W., Sari, F.L., Indahsari, N., Firdausi, L., Nurozhianti, F., Luhur, R.G.P. (2024) 'Yogurt Kecambah Kacang Tanah (*Arachis Hypogea*) Plus Ekstrak Akar Alang-Alang (*Imperata Cylindrica*), Potensinya sebagai Antidislipidemia dan Pengendali *Body Mass Index* Penderita Dislipidemia Metabolik'
- Wiranata, Y. dan Inayah, I. (2020) 'Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA)', *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 6(1), pp. 43–52.
- Wulandari, D. L., Putriningtyas, N. D. dan Wahyuningsih, S. (2020) 'Potensi Yogurt Kacang Merah terhadap Kadar Kolesterol HDL pada Remaja Obesitas (Studi Dilakukan pada Mahasiswa Gizi Universitas Respati Yogyakarta)', *Sport and Nutrition Journal*, 2(1), 10-16.

- Yuniarti, C.A. (2019) 'Uji Aktivitas Ekstrak Umbi Bit ( Beta vulgaris ) Terhadap Kadar Kolesterol Sebagai Upaya Prenventif Dislipidemia', *Public Health Perspectives Journal*, 4(22), pp. 37–47.
- Yuniarti, C.A., Rahayu, R.S.R. dan Yuniastuti, A. (2019) 'Hypocholesterolemic Effect of Beet Root Extract (beta vulgaris) in Rats', *Public Health Perspectives Journal*, 4(3), pp. 214–223. Available at: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/phpj>.
- Zaki, I. dan Johan, A. (2015) 'Pengaruh pemberian jus mangga terhadap profil lipid dan malondialdehyde pada tikus yang diberi minyak jelantah' *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 3(2), 108-115.
- Zalukhu, M.L., Phyma, A.R. dan Pinzon, R.T. (2016) 'Proses Menua, Stres Oksidatif, dan Peran Antioksidan', *Cermin Dunia Kedokteran*, 43(10), pp. 733–736.
- Zhan S, Ho SC. (2015) 'Meta-analysis of The Effects of Soy Protein Containing Isoflavones on The Lipid Profile', *Am J Clin Nutr*, 81(2):397–408.

