

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. & Farhat, Y. (2018). Hubungan Tingkat Konsumsi , Aktifitas Fisik dan Riwayat Penyakit Dengan Status Gizi Mahasiswa. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*, 1(2), 52–61.
- Afifah, A., Irasanti, S.N. & Ismawati (2021). Hubungan Kerja Sif dengan Kualitas Tidur pada Pekerja Perusahaan Fast Moving Consumer Goods (FMCG) Tahun 2020. *Integrasi Kesehatan & Sains*, 3(2), 221-226.
- Amalia, I. (2019). Analisa Hubungan Status Gizi Dan Riwayat Penyakit Dengan Kelelahan Kerja Di Pt X. *Medical Technology and Public Health Journal*, 3(2), 164–9.
- Almatsier (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ambarwati, R. (2017). Tidur, Irama Sirkadian dan Metabolisme Tubuh. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 42-46.
- Amela, R., Melani, V., Sitoayu, L., Kuswari, M. & Nuzrina, R. (2017). *Hubungan Kontribusi Energi dan Zat Gizi Makro dan Persentase Lemak Total Tubuh Terhadap Indeks Massa Tubuh Karyawan Departemen Operasional (Shift) di PT Jakarta International Container Terminal (JICT)*. Skripsi, Universitas Esa Unggul, Jakarta.
- Arif, M., Malaka, T. & Novrikasari, N. (2021). Hubungan Faktor Pekerjaan Terhadap Tingkat Stres Kerja Karyawan Kontrak Di PT. X. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(1), 44-50.
- Arnis, A. (2018). Hubungan Antara Kuantitas dan Kualitas Tidur Dengan Uji Kompetensi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta I. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 12(2), 33–36.
- Besral, B. & Widiyanti, W. (2015). Determinan Stres pada Pegawai Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(3), 222–228.
- Budiman, L.A., Sari, A.S., Safitri, S.J., Prasetyo, R.D., Alyarizqina, H., Sri, I., Kasim, N.I., Mona, V. & Korwa, I. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Beban Kerja Pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizone*, 1(1), 6–15.
- Budyawati, N.L.P.W., Utami, D.K.I. & Widyadharma, I.P.E. (2019). Proporsi dan Karakteristik Kualitas Tidur pada Guru-Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Denpasar. *E-Jurnal Medika*, 8(3), 1–7.
- Damayanti, R.E., 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.
- Damayanti, V.A., Udiyono, A., Saraswati, L.D. & Ginandjar, P. (2018). Gambaran Kualitas Tidur Dan Zat Gizi Mikro Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Shift (Studi Pada Perawat RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 42–48.
- Dewi, N. & Istianah, I. (2018). The Relationship between Macro Nutrition And Physical Activities With Nutrition Status in Employee Offices of the Directorate Poltekkes Kemenkes Jakarta II. *SANITAS : Jurnal Teknologi dan*

- Seni Kesehatan*, 9(2), 143–151.
- Dewi, P.L.P. & Kartini, A. (2017) Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik , Asupan Energi, Dan Asupan Lemak Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama. *Journal of Nutrition College*, 6(3), 257–261.
- Fani, A.D. (2024). Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik , dan Tingkat Stres Dengan Status Gizi Berdasarkan IMT (Pada Pegawai PT X Di Wilayah Kabupaten Pasuruan). *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research Volume*, 4(2), 1188–1198.
- Gafar, B.N.F., Lisnawaty, L. & Salsabila, S. (2023). Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Pekerja Di Pt Lamario Celebes Perkasa Kabupaten Kolaka Tahun 2023. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 4(3), 132–136.
- Isti, A. N., Safitri, D.E., Arumsari, I. (2021). Kualitas Tidur dan Tingkat Stress berhubungan dengan Status Gizi Orang Dewasa pada Masa Pandemi Covid 19. *Nutrire Diaita*, 13(2), 48-55.
- Jaminah, J. & Mahmudiono, T. (2018). Hubungan Pengetahuan, Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Karyawan Perempuan. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 9-17.
- Karomah, D., Widayanti & Rahmawaty, I. (2019). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Teller PT Bank Rakyat Indonesia Cabang Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2018. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 5(1), 255–262.
- Kessler, R.C., Barker, P.R., Colpe, L.J., Epstein, J.F., Gfroerer, J.C., Hiripi, E., Howes, M.J., Normand, S.-L.T., Manderscheid, R.W., Walters, E.E. & Zaslavsky, A.M. (2003). Screening for Serious Mental Illness in the General Population', *Archives of General Psychiatry*, 60(2), 184-189.
- Khusna, C., Rupiwardani, I. & Yohanani, A. (2023). Hubungan Shift Malam Dan Kualitas Tidur Dengan Beban Kerja Mental Karyawan Produksi, 7(1), 216-225.
- Konoralma, K. e, Moningka, L. & Palamani, S. (2011). Hubungan Shift Kerja Perawat dengan Stres Kerja di Ruang IRDM BLU RSUP Prof DR. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 2(1), 16–24.
- Kristiana, T., Hermawan, D., Febriani, U. & Farich, A. (2020). Hubungan Antara Pola Tidur Dan Kebiasaan Makan Junk Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Universitas Malahayati Tahun 2019. *Human Care Journal*, 5(3), 750-761
- Lestari, T.P. & Aisyah (2022). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Shift di PT Torabika Eka Semesta Health Food*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta.
- Limboto, D., Punuh, M. & Malonda, N.S.H. (2024). Hubungan Antara Asupan Energi dengan Status Gizi Pada Siswa di SMA Negeri 7 Manado', *Jurnal Bios Logos*, 14(1), 1–8.
- Lins, G.O. de A., Lima, N.A. da S., de Sousa, G.S., Guimarães, F.J., Frazão, I. da S. & Perrelli, J.G.A. (2021). Validity and reliability of Kessler Psychological Distress Scale for Brazilian elderly: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(2), 1-8.
- Maghfiroh, S. & Mifbakhuddin (2015). Hubungan Toleransi Stres, Shift Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Pada Perawat IGDDan ICU (Studi Di Rsi Sultan Agung Semarang). *J. Kesehat. Masy. Indonesia*, 10(2), 46-53.

- Maghfiroh, A.L. (2019). Hubungan Asupan Energi Dan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Produktivitas Pada Tenaga Kerja Berstatus Gizi Lebih Bagian Packaging Di Pt Timur Megah Steel. *Amerta Nutrition*, 3(4), 315–321.
- Maruf, M.A., Husaini, H. & Fadillah, N.A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Perawat Rsud Ratu Zalecha Martapura. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 8(1), 15-18.
- Mesa, E., Manurung, I.F.E. & Wahyuni, M.M.D. (2019). Gambaran Kualitas Tidur Pada Pekerja Bergilir Di Rumah Sakit S.K. Lerik Kota Kupang Tahun 2018. *Timorese Journal of Public Health*, 2(1), 89–95.
- Miliandani, D. & Meilita, Z. (2021). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-Syafi'iyah Jakarta Timur Tahun 2021. *Afiat*, 7(1), 31–43.
- Mufidah, R. & Soeyono, R.D. (2021). Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dan Durasi Tidur Terhadap Status Gizi Mahasiswa Program Studi Gizi Unesa. *Jurnal Gizi Unesa*, 1(1), 60–64.
- Muslimah, N.M., Angkasa, D. & Melani, V. (2017). Hubungan tingkat kecukupan energi dan zat gizi makro dengan status gizi warga binaan lapas anak wanita Tangerang. *Nutrire Diaita*, 9(2), 59–66.
- Musradinur, M.. (2016). Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183-200.
- Noer, E.R. & Laksmi, K. (2014). Peningkatan Angka Kejadian Obesitas dan Hipertensi pada Pekerja Shift. *Journal of Nutrition and Health*, 2(1), 1-9.
- Noni, D. (2012). *Gangguan Tidur pada Perawat Pekerja Shift*. Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Nur, H. & Aritonang, E.Y. (2022). Gambaran Pola Makan dan Kelelahan Kerja Pada Buruh Angkat Di PT. Karya Mandiri Prima Kabupaten Langkat', *Journal of Health and Medical Science*, 1(4), 242–254.
- Pangemanan, A.J., Amisi, M.D. & Malonda, N.S.H. (2021). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Mahasiswa Semester Vi Fakultas Kesehatan Masyarakat Unsrat Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas*, 10(2), 123–132.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Puspitasari, A.R. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Kualitas Tidur dan Tingkat Stress dengan Status Gizi Pegawai BP3IP. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 9365–9374.
- Rahma, S.N. & Desy, N.P. (2023.). Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Taruna dan Taruni. *NUTRIZONE (Nutrition Research and Development Journal)*, 3(3), 47-57.
- Rarastiti, C.N. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indonesian Journal of Nutrition Science and Food*, 2(1), 30–34.
- Ronitawati, P., Gifari, N., Sitoayu, L. & Nurhasanah, P. (2022). Porsen Lemak Tubuh, Aktivitas Fisik, Body Image, Asupan Energi, Asupan Karbohidrat Berkorelasi Dengan Keragaman Makanan Pada Remaja Di Perkotaan. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 114-126.
- Sefrina, L.R. (2021). Dampak Pekerjaan Shift Malam pada Kesehatan Pekerja. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 2(2), 86-92.
- Septiani, A.M. & Rizqiawan, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi, Perilaku

- Makan, Dan Tingkat Stres Dengan Status Gizi Lebih Pegawai RSPON Prof. Dr. dr. Mahar Mardjono Jakarta', *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 3(1), 35–43.
- Serly, V., Sofian, A. & Ernalina, Y. (2014). Hubungan Body Image , Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jom FK*, 2(2), 1–14.
- Siregar, E.I.S. (2019). Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Status Gizi Pegawai Direktorat Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan. *Journal of Pharmaceutical And Sciences*, 2(2), 29–35.
- Siwi, N.P. & Paskarini, I. (2018). Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Protein dengan Status Gizi (Studi Kasus pada Pekerja Wanita Penyadap Getah Karet di Perkebunan Kalijompo Jember). *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(1), 1–12.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- 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), 113-122.
- Sun, M., Feng, W., Wang, F., Li, P., Li, Z., Li, M., Tse, G., Vlaanderen, J., Vermeulen, R. & Tse, L.A. (2018). Meta-analysis on shift work and risks of specific obesity types. *Obesity Reviews*, 19(13), 28-40.
- Supariasa, I.D.N., Bakri, B. and Fajar, I., (2016). *Penilaian status gizi edisi 2*. Jakarta: Egc.
- Susanti, R., Pratiwi, A.C. & Athika, G. (2021). Pemenuhan Gizi Mahasiswa Indekos dan Indekos Pada Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan (JIGK)*, 2(2), 36–42.
- Syaputra, M.R. & Aisyah (2021). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Lansia. *Indonn Journal of Nursing Sciences and Practices*, 4(1), 1–7.
- Thayeb, R.R.T.A., Kembuan, M.A.H.N. & Khosama, H. (2015). Gambaran Kualitas Tidur Pada Perawat Dinas Malam Rsup Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *e-CliniC*, 3(3), 853-857.
- Ukkas, I. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produktivitas Tenaga Kerja Industri Kecil Kota Palopo. *Kelola: Journal of Islamic Education Management*, 2(2), 187–99.
- Utami, SR. (2014). Hubungan Antara Status Gizi Dan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Produktivitas Kerja Pada Tenaga Kerja Wanita Unit Spinning 1 Bagian Winding PT. Apac Inti Corpora Bawen. *Unnes Journal of Public Health*, 3(4), 39-47.
- Wening, D.K. & Afiatna, P. (2019). Determinan Status Gizi Pada Tenaga Kerja Cv. Karoseri Laksana. *Sport and Nutrition Journal*, 1(2), 48-52.
- Wijayanti, A., Margawati, A. & Wijayanti, H.S. (2019). Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Nutrition College*, 8(1), 1-8.
- Wulandari, A.R., Widari, D. & Muniroh, L. (2019). Hubungan Asupan Energi, Stres Kerja, Aktifitas Fisik, dan Durasi Waktu Tidur dengan IMT pada Manajer Madya Dinas Pemerintah Kota Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(1), 40–

45.

- Wulandari, F.E., Hadiati, T. & Sarjana, W. (2017). Fitri Eka Wulandari, Titis Hadiati', *Widodo Sarjana AS JKD*, 6(2), 549–57.
- Wulandari, R.S. (2022a). Hubungan Status Gizi (IMT), Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi di PT . Coca Cola Bottling Indonesia (Cikedokan Plant / Ckr-B). *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 246–256.
- Zahirah, Y., Sumarwati, M. & Alivian, G.N. (2021). Gambaran Kualitas Tidur Penjaga Malam di Universitas Jenderal Soedirman. *Journal of Bionursing*, 3(2), 146–51.
- 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), 82–92.

