

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, A., Sukandar, D., dan Muawanah, A. (2015). Aktivitas Antioksidan dan Kandungan Komponen Bioaktif Sari Buah Namnam. *Jurnal Kimia Valensi*, 1(November), 130–136.
- Aeni, S., Puspitaningtyas, D. E., dan Putriningtyas, N. D. (2019). Susu Kacang Tanah Efektif Menurunkan Berat Badan dan Kadar Glukosa Darah Remaja Putri Overweight. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 33–39.
- Amanda, D. C., Karo, C. C. K., dan Fachrial, E. (2022). Aktivitas Inhibisi α Glukosidase *Lactobacillus Casei*. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 1349–1358.
- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43.
- Asmat, U., Abad, K., dan Ismail, K. (2016). Diabetes mellitus and oxidative stress—A concise review. *Saudi Pharmaceutical Journal*, 24(5), 547–553.
- Auliya, P., Oenzil, F., dan Rofinda, Z. D. (2016). Gambaran Kadar Gula Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang Memiliki Berat Badan Berlebih dan Obesitas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 528–533.
- Balakumar, M., Prabhu, D., Sathishkumar, C., Prabu, P., Rokana, N., Kumar, R., Raghavan, S., Soundarajan, A., Grover, S., Batish, V. K., Mohan, V., dan Balasubramanyam, M. (2018). Improvement in glucose tolerance and insulin sensitivity by probiotic strains of Indian gut origin in high-fat diet-fed C57BL/6J mice. *European Journal of Nutrition*, 57(1), 279–295.
- Baynest, H. W. (2015). Classification, Pathophysiology, Diagnosis and Management of Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes dan Metabolism*, 06(05).
- Brahe, L. K., Astrup, A., dan Larsen, L. H. (2016). Can we prevent obesity-Related metabolic diseases by dietary modulation of the gut microbiota? *Advances in Nutrition*, 7(1), 90–101.
- Carbone, S., Del Buono, M. G., Ozemek, C., dan Lavie, C. J. (2019). Obesity, risk of diabetes and role of physical activity, exercise training and cardiorespiratory fitness. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 62(4), 327–333.
- 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, 102117.
- Christiani, N. (2019). Red Seaweed Extract (*Kappaphycus alvarezii*) Reduces Increased Weight and Weight of Abdominal Fat (*Rattus norvegicus*) Male

- Wistar Rats given a diet high in carbohydrates and fats. *Jurnal Media Sains*, 3(1), 14–19.
- Chtourou, Y., Aouey, B., Aroui, S., Kebieche, M., dan Fetoui, H. (2016). Anti-apoptotic and anti-inflammatory effects of naringin on cisplatin-induced renal injury in the rat. *Chemico-Biological Interactions*, 243, 1–9.
- Dafriani, P. (2017). Hubungan Obesitas Dan Umur Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Medika Saintika*, 8(2), 17–24.
- Darajat, A., Sakinah, E. N., dan Hairrudin, H. (2019). Efek kandungan serat beras analog terhadap ekspresi GLUT4 otot rangka tikus diabetes. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(1), 14.
- Dewi, I. P., Septriani, R., Verawaty, V., dan Mulyani, D. (2019). Daya Antihiperglikemia Yoghurt Pada Mencit Putih Jantan. *Jurnal Katalisator*, 4(2), 72.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas (2023) Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas. Tersedia di: <https://dinkes.banyumaskab.go.id> (diakses: 23 Maret 2024)
- Djahi, S. N. N. S., Lidia, K., Pakan, P. D., dan Amat, A. L. S. (2021). Uji Efek Antidiabetes Ekstrak Etanol Daun Sereh (*Cymbopogon Citratus*) Terhadap Penurunan Glukosa Darah Tikus Putih Sprague Dawley Diinduksi Aloksan. *Cendana Medical Journal*, 9(2).
- Du, X., dan Myracle, A. D. (2018). Fermentation alters the bioaccessible phenolic compounds and increases the alpha-glucosidase inhibitory effects of aronia juice in a dairy matrix following: In vitro digestion. *Food and Function*, 9(5), 2998–3007.
- Eltrikanawati, T. (2021). The relationship of the duration of type 2 diabetes mellitus with peripheral neuropathy. *Science Midwifery*, 10(1), 145–150.
- Etika, A. N., Nurrahayu, K. I., dan Suharto, I. P. S. (2017). Pengaruh Ekstrak Jahe (*Zingiber Officinale Roscoe*) terhadap Jumlah Sel Fibroblas pada Tikus (*Rattus Norvegicus*). *Journal Nursing Care and Biomolecular*, 2(1), 10.
- Fadhilah, D. N., Situmorang, M., dan Susanti, J. (2023). Evaluasi Kombinasi Infusa Daun Sirih (*Piper betle L.*) dan Infusa Rimpang Jahe (*Zingiber officinale-Roscoe*) terhadap Tikus Jantan (*Rattus norvegicus*) Galur Wistar Sebagai Model Hiperglikemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(3), 250–268.
- Fathimah, F. Z., dan Mulyati, T. (2015). Pengaruh Pemberian Sarapan Tinggi Protein terhadap Tingkat Rasa Kenyang Wanita Obesitas. *Journal of Nutrition College*, 4(1), 10–17.
- Febriyanto, D. N., dan Prihatin, S. (2016). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Riset Gizi*, 4(1), 69–73.

- Fitrah, F., dan Andi Dini. (2022). Kepatuhan Diet Menggunakan Beras Coklat Terhadap Glukosa Darah Dan Lemak Tubuh Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2), 199–209.
- Gadekar, T., Dudeja, P., Basu, I., Vashisht, S., dan Mukherji, S. (2017). Correlation of visceral body fat with waist–hip ratio, waist circumference and body mass index in healthy adults: A cross sectional study. *Medical Journal Armed Forces India*, 76(1), 41–46.
- Gong, T., Yang, X., Bai, F., Li, D., Zhao, T., Zhang, J., Sun, L., dan Guo, Y. (2020). Young apple polyphenols as natural α -glucosidase inhibitors: In vitro and in silico studies. *Bioorganic Chemistry*, 96(January), 103625.
- Gunawan, W. Ben, dan Basoeki, L. E. A. S. (2022). Incorporating Watermelon Rind into Jackfruit Seed Drink: A Functional Drink Rich in Antioxidant and Phenolic Compounds. *Edufortech*, 7(2), 112–120.
- Gupta, A., Sharma, M., dan Sharma, J. (2015). A Role of Insulin in different types of Diabetes. *International Journal Current Microbiology and Applied Science*, 4(1), 58–77.
- Halim, R., dan Suzan, R. (2020). Korelasi Masa Lemak Dan Lemak Viseral Dengan Kadar Leptin Serum Pada Remaja Overweight Dan Obesitas. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(1), 102–110.
- Haliman, C., dan Alfinnia, S. (2021). Gut Microbiota, Prebiotics, Probiotics, and Synbiotics in Management of Obesity. *Jurnal Media Gizi Kesmas*, 10(1), 149–156.
- Handayani, Nurhayati, Edyansyah, E., dan Angraini, D. (2022). Efek Konsumsi Suplemen Vitamin C terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Mahasiswa Teknologi Laboratorium Medis Poltekekes Palembang. 16(1), 1–23.
- Hardianto, D. (2020). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan. *Jurnal Bioteknologi dan Biosains Indonesia (JBBI)*, 7(2), 304–317.
- Hasibuan, Z. M. U., dan Palmizal, A. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Suta Club. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(2), 84–89.
- Inayah, I., Metty, M., dan Aprilia, Y. (2021). Indeks glikemik dan beban glikemik nasi jagung instan dengan penambahan tepung tempe sebagai alternatif makanan pokok pasien diabetes mellitus. *Ilmu Gizi Indonesia*, 04(02), 179–188.
- Irviani, L. I., dan Nisa, F. C. (2015). Pengaruh Penambahan Pektin Dan Tepung Bungkil Kacang Tanah Terhadap Kualitas Fisik, Kimia Dan Organoleptik Mie Kering. *J. Pangan Dan Agroindustri*, 3(1), 215–225.
- Irwansyah, I., dan Kasim, I. S. (2020). Early Detection of Diabetes Mellitus Risk in Stikes Megarezky Makassar Teaching Staff. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 512–519.

- Isnaini, N., dan Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68.
- Istiqomah, A., dan Ninik, R. (2015). Indeks Glikemik, Beban Glikemik, Kadar Protein, Serat, Dan Tingkat Kesukaan Kue Kering Tepung Garut Dengan Substitusi Tepung Kacang Merah. *Journal of Nutrition College*, 4(2), 620–627.
- Jakobek, L. (2015). Interactions of polyphenols with carbohydrates, lipids and proteins. *Food Chemistry*, 175, 556–567.
- Ju, S. M., Kang, J. G., Bae, J. S., Pae, H. O., Lyu, Y. S., dan Jeon, B. H. (2015). The flavonoid apigenin ameliorates cisplatin-induced nephrotoxicity through reduction of p53 activation and promotion of PI3K/Akt pathway in human renal proximal tubular epithelial cells. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2015.
- Jung, S. H., Ha, K. H., dan Kim, D. J. (2016). Visceral Lemak Massal Memiliki Hubungan Yang Lebih Kuat dengan Diabetes dan Prediabetes dari Indikator Obesitas Antropometrik Lainnya di antara Orang Dewasa Korea (1).pdf. *Yonsei Medical Journal*, 57(3), 674–680.
- Kardina, R. N., Nuriannisa, F., Mutiarani, A. L., dan Yuliani, K. (2021). Provision of Vitamin C and Vitamin D Food Ingredients Against the Reduction of Blood Glucose Levels in Diabetes Mellitus Type II Indicated Respondents. *Journal of Health Community Service*, 1(2), 49–54.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 53(9), pp. 1689–1699.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI), Kementerian Kesehatan RI*.
- Kim, J. J., Hwang, B. H., Choi, I. J., Choo, E. H., Lim, S., Kim, J. K., Koh, Y. S., Kim, D. Bin, Jang, S. W., Cho, E. J., Lee, J. M., Kim, P. J., Cho, J. H., Jung, J. I., Seung, K. B., Min, J. K., dan Chang, K. (2015). Impact of diabetes duration on the extent and severity of coronary atheroma burden and long-term clinical outcome in asymptomatic type 2 diabetic patients: Evaluation by coronary CT angiography. *European Heart Journal Cardiovascular Imaging*, 16(10), 1065–1073.
- Komariah, K., dan Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Dm*, 41–50.
- Kristianto, H., Prasetyo, S., dan Sugih, A. K. (2019). Pemanfaatan Ekstrak Protein dari Kacang-kacangan sebagai Koagulan Alami: Review. *Jurnal Rekayasa Proses*, 13(2), 65.

- 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.
- Kusnadi, G., Murbawani, E. A., dan Fitranti, D. Y. (2017). Faktor risiko diabetes melitus tipe 2 pada petani dan buruh. *Journal of Nutrition College*, 6(2), 138.
- Kusumaningtyas, M., dan Handari, H. K. (2023). Pemeriksaan Kadar Gula Darah Dan Asam Urat Remaja Di Desa Tohudan, Colomadu, Karanganyar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2(01), 25–31.
- Kusumastuty, I., Handayani, D., Attamimi, N., Affandy, Y. I. K. D., Innayah, A. M., dan Puspitasari, D. A. (2021). Kepatuhan Diet Berbasis Beras Coklat terhadap Glukosa Darah dan Lemak Tubuh Pasien Diabetes Melitus. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(2), 182–194.
- Lasabuda, T., Wowor, P. M., dan Mewo, Y. (2015). Gambaran Indeks Massa Tubuh (Imt) Jamaah Mesjid Al- Fatah Malalayang. *Jurnal E-Biomedik*, 3(3), 9–12.
- Listyarini, A.D., Budi, I.S., dan Assifah, Z. (2022). Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Diabetes Mellitus di Desa Sambung Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(2), pp. 26– 30.
- Lee, H., Ahn, J., Shin, S. S., dan Yoon, M. (2019). Ascorbic acid inhibits visceral obesity and nonalcoholic fatty liver disease by activating peroxisome proliferator-activated receptor α in high-fat-diet-fed C57BL/6J mice. *International Journal of Obesity*, 43(8), 1620–1630.
- Marbun, T. S. G., Susyani, dan Podojoyo. (2023). Pengaruh Pemberian Food Bar Tinggi Serat Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Nutrition College*, 12(2), 105–112.
- Mardhika, H., Dwiloka, B., dan Setiani, B. E. (2020). Pengaruh berbagai metode thawing daging ayam petelur afkir beku terhadap kadar protein, protein terlarut dan kadar lemak steak ayam. *Jurnal Teknologi Pangan*, 4(1), 48–54.
- Masi, G., dan Oroh, W. (2018). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranomut Kota Manado. *E-Journal Keperawatan*, 6(1), 1–6.
- Milita, F., Handayani, S., dan Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9.
- Milviniva, L. R., dan Widhi, A. S. (2023). Pengaruh Jus Jambu Biji Merah (*Psidium guajava* Linn) terhadap Kadar Glukosa Darah. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 6(2), 442–448.
- Molz, P., Rael, A. N., Fischer, M. de Q., Limberger, L. B., Prá, D., dan Franke, S. I. R. (2017). Vitamin C decreases the obesogenic and hyperglycemic effect of invert sugar in prediabetic rats. *Revista de Nutricao*, 30(1), 23–32.

- Muhammad, A. A. (2018). Resistensi Insulin Dan Disfungsi Sekresi Insulin Sebagai Faktor Penyebab Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 174–178.
- Murphy, B., Talegawkar, S. A., O'Connor, J., Kandula, N. R., Kanaya, A. M., Allison, M. A., dan Parekh, N. (2021). Association between dairy product intake and body composition among South Asian adults from the Mediators of Atherosclerosis in South Asians Living in America study. *British Journal of Nutrition*, 126(7), 1100–1109.
- Mutmainah, D. R., Fulyani, F., dan Pramono, A. (2024). Tinjauan Mini Efek Spirulina Platensis terhadap Metabolisme Lipid dan Glukosa pada Obesitas. *Journal of Nutrition College*, 13(4), 359–367.
- Narasimhan, A., Chinnaiyan, M., dan Karundevi, B. (2015). Ferulic acid regulates hepatic GLUT2 gene expression in high fat and fructose-induced type-2 diabetic adult male rat. *European Journal of Pharmacology*, 761, 391–397.
- Naseri, K., Saadati, S., Ghaemi, F., Ashtary-Larky, D., Asbaghi, O., Sadeghi, A., Afrisham, R., dan de Courten, B. (2023). The effects of probiotic and synbiotic supplementation on inflammation, oxidative stress, and circulating adiponectin and leptin concentration in subjects with prediabetes and type 2 diabetes mellitus: a GRADE-assessed systematic review, meta-analysis, an. *European Journal of Nutrition*, 62(2), 543–561.
- Nasukha, A. A. F. N., Sulastri, L., dan Simanjuntak, P. (2023). Aktivitas Penghambatan Enzim α -Glukosidase Ekstrak dan Fraksi Etil Asetat Daun Salam (*Syzygium polyanthum* (Wight) Walp.). *Prosiding Seminar Nasional Kimia Dan Terapan Ii 2022*, 1(2), 16–21.
- Nidianti, E., Wulandari, D. D., dan Azizah, C. N. (2023). Efek Pemberian Ekstrak Kacang Tanah (*Arachis hypogaea* L.) Terhadap Kadar Gula Darah pada Mencit (*Mus musculus* L). *Borneo Journal of Pharmascientech*, 7(1), 6–11.
- Noviani, K. S., Wahjuni, E. S., Pratama, S. A., dan Dini, C. Y. (2024). Asupan Protein , Persentase Lemak Tubuh , dan Kebugaran Jasmani Atlet Laki-laki Non-Elit UKM Sepakbola dan Bola Basket UNESA. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 1864–1875.
- Novianti, A., Sa'pang, M., dan Putri, C. (2023). Asupan Energi, Lemak, Beban Glikemik, Indeks Massa Tubuh dengan Persen Lemak Visceral. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 15–17.
- Nugraha, I. B. A., Semaradana, W. G. P., Wijayanti, N. M. S., Adnyani, N. M. D., Laksmi, I. A. S. I., Hendrajaya, A., Alvarocky, R., dan Idris, P. K. (2021). Hubungan Kadar Lemak Viseral dengan Kejadian Obesitas Lansia yang Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(1), 33.
- Nugroho, S. A., Setyoko, U., Fatimah, T., dan Novenda, I. L. (2022). Pengaruh Alelopati Tanaman Gamal (*Glericida manuculata*) Dan Kirinyuh (*Eupatorium*

- odoratum) Terhadap Perkecambahan Kacang Hijau (*Vigna radiata*). *Agropross : National Conference Proceedings of Agriculture*, 180–188.
- Nuraini, I. S., Sulchan, M., dan Dieny, F. F. (2017). Resistensi insulin pada remaja stunted obesity usia 15-18 tahun di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 6(2), 164.
- Nurmalasari, Y., dan Hayatuddini, I. L. (2018). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan Lemak Visceral pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 5(April), 99–106.
- Obboh, G., Ademosun, A. O., Akinleye, M., Omojokun, O. S., Boligon, A. A., dan Athayde, M. L. (2015). Starch composition, glycemic indices, phenolic constituents, and antioxidative and antidiabetic properties of some common tropical fruits. *Journal of Ethnic Foods*, 2(2), 64–73.
- Ostadrahimi, A., Taghizadeh, A., Mobasser, M., Farrin, N., Payahoo, L., Beyramalipoor Gheshlaghi, Z., dan Vahedjabbari, M. (2015). Effect of probiotic fermented milk (Kefir) on glycemic control and lipid profile in type 2 diabetic patients: A randomized double-blind placebo-controlled clinical trial. *Iranian Journal of Public Health*, 44(2), 228–237.
- Paleva, R. (2019). Mekanisme Resistensi Insulin Terkait Obesitas. *Insulin Resistance Mechanisms Related to Obesity*, 10(2), 354–358.
- Papatheodorou, K., Papanas, N., Banach, M., Papazoglou, D., dan Edmonds, M. (2016). Complications of Diabetes 2016. *Metabolic Disorders and Critically Ill Patients: From Pathophysiology to Treatment*, 2016, 341–363.
- Patria, D. G., dan Prayitno, S. A. (2022). Pangan Fungsional dan Manfaatnya Untuk Kesehatan. In *UGM press* (Issue July).
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. *Global Initiative for Asthma*, 46. www.ginasthma.org.
- Pertiwi, M. G. P., dan Perdhana, F. F. (2023). Peranan Senyawa Fenolik dalam Menurunkan Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Food and Agro-Industry Journal*, 4(1), 42–56.
- Pesa, Y. M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Rs Awal Bros Ujung Batu Tahun 2015. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu*, 13(6), 257–281.
- Pieme, C. A., Tatangmo, J. A., Simo, G., Biapa Nya, P. C., Ama Moor, V. J., Moukette Moukette, B., Tankeu Nzufu, F., Njinkio Nono, B. L., dan Sobngwi, E. (2017). Relationship between hyperglycemia, antioxidant capacity and some enzymatic and non-enzymatic antioxidants in African patients with type 2 diabetes. *BMC Research Notes*, 10(1), 1–8.

- Poltak, P., Syafril, S., dan Ganie, R. A. (2019). Hubungan kadar TNF- α dengan HOMA-IR pada pasien diabetes mellitus tipe-2 di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik, Medan, Indonesia. *Intisari Sains Medis*, 10(3), 580–583.
- Popovic, L. M., Mitic, N. R., Miric, D., Bisevac, B., Miric, M., dan Popovic, B. (2015). Influence of vitamin c supplementation on oxidative stress and neutrophil inflammatory response in acute and regular exercise. *Oxidative Medicine and Cellular Longevity*, 2015.
- Prasetyani, D., dan Sodikin. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 2(2), 1–9.
- Prawitasari, D. S. (2019). Diabetes Melitus dan Antioksidan. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(1), 47–51.
- Probosari, E. (2019). Pengaruh Protein Diet terhadap Indeks Glikemik. *Journal of Nutrition and Health*, 7(1), 1–23.
- Purwaningtyastuti, R., Nurwanti, E., dan Huda, N. (2018). Asupan vitamin C berhubungan dengan kadar glukosa darah pada pasien rawat jalan DM tipe 2. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 5(1), 44.
- Putri, Y. S., Kusharyati, D. F., dan Pramono, H. (2020). Kualitas Yoghurt dengan Penambahan Bifidobacterium sp. Bb2E. *BioEksakta : Jurnal Ilmiah Biologi Unsoed*, 2(1), 49.
- 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.
- Rahman, Z., Pujati, W., dan Saribu, H. J. D. (2023). Self Care Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1336–1344.
- Ridwanto, M., Saleh, A. J., dan Adiputra, F. B. (2024). Hubungan Asupan Protein Terhadap Kadar Glukosa Darah 2 Jam Pasca Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Indonesia*, 5(1), 33–39.
- Rofidah, E., Rohajatien, U., dan Wibowotomo, B. (2018). Minuman Fermentasi Whey Dangke Dengan Penambahan Sari Apel, Analisis Karakteristik Keasaman, Total Bakteri Asam Laktat, dan Mutu Organoleptik. *Jurnal Universitas Negeri Malang*.
- Rofidah, K., Putriana, N., Gita, A., Roqimah, C., Dyah, L., dan Arini, D. (2024). Membangun Kesehatan Dari Dalam Dengan Menu Sehat Berprotein Tinggi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 2(3), 06–19.
- Rohmah, S. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pencegahan Luka Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), 23.
- Sabahi, Z., Khoshnood Mansoorkhani, M. J., Rahmani Namadi, S., dan Moein, M. (2016). Antidiabetic and Synergistic Effects Study of Anthocyanin Fraction

- from Berberis integerrima Fruit on Streptozotocin-Induced Diabetic Rats Model. *Trends in Pharmaceutical Sciences*, 2(1), 43–50.
- Salama, H. M., Elsaka, D. H., Diab, M. M., Ahmed, S. A., dan Mansour, N. M. (2021). Effect of vitamin c supplementation on glycemic control in type 2 diabetic patients: A double-blind, prospective, randomized, controlled trial in egypt. *Family Medicine and Primary Care Review*, 23(3), 347–353.
- Salim, I.O., Hasibuan, P., dan Andriani. (2016). Hubungan Kadar Glukosa Darah Sewaktu dan Gangguan Fungsi Kognitif pada Pasien Diabetes Melitus Tipe-2 di Puskesmas Purnama Pontianak. *Jurnal Cerebellum*, 2(1).
- Santi, N. R., Ningtyas, F. W., dan Sulistiyan, S. (2017). Pengaruh Penambahan Tepung Kacang Tanah (*Arachis hypogaea* L.) terhadap Daya Terima, Kadar Air, dan Kadar Protein Nugget Edamame (*Glycin max* (L) Merrill). *Amerta Nutrition*, 1(2), 62.
- Saputro, D. H., Andriani, M., dan Siswanti, S. (2015). Karakteristik Sifat Fisik Dan Kimia Formulasi Tepung Kecambah Kacang-Kacangan Sebagai Bahan Minuman. *Jurnal Teknosains Pangan*, 4(1), 11.
- Sari, G. P., Samekto, M., dan Adi, M. S. (2017). Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Terjadinya Hipertensi pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 (Studi di Wilayah Puskesmas Kabupaten Pati). *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 13(1), 47–59.
- Sato, S., Arai, S., Kato, K., Yoshida, K., Iwabuchi, N., dan Sagami, T. (2024). Effects of Bifidobacterium longum BB536 and Bifidobacterium breve MCC1274 on Body Composition in Normal and Overweight Adults in Randomized Placebo-Controlled Study. *Journal Nutrients*, 16(815).
- Sekarningrum, A., dan Seveline, S. (2020). Pembuatan Yogurt Sinbiotik Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris* L.) Dengan Penggunaan Bakteri Asam Laktat Dengan Penambahan Prebiotik. 2(2), 476.
- Setiawan, R., Saraswati, T. R., dan Tana, S. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Daun Lakum (*Cayratia trifolia* L.) dan Buah Kersen (*Muntingia calabura* L.) terhadap Bobot Tubuh dan Bobot Lemak Abdominal Rattus norvegicus L. Strain Wistar Jantan Hiperlipidemia. *Buletin Anatomi Dan Fisiologi*, 5(1), 43–51.
- Setyaningsih, S., Roosita, K., dan Damayanthi, E. (2017). Effect Galohgor's Product onAntioxidant Activity and Decreased Oxidative Stress in Type 2 Diabetic Patients. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(4), 310–318.
- Shidfar, F., Rajab, A., Rahideh, T., Khandouzi, N., Hosseini, S., dan Shidfar, S. (2015). The effect of ginger (*Zingiber officinale*) on glycemic markers in patients with type 2 diabetes. *Journal of Complementary and Integrative Medicine*, 12(2), 165–170.
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, dan Kelebihan Lemak Viseral pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), 228.

- Šola, K. F., Vladimir-Knežević, S., Hrabač, P., Mucalo, I., Saso, L., dan Verbanac, D. (2022). The effect of multistrain probiotics on functional constipation in the elderly: a randomized controlled trial. *European Journal of Clinical Nutrition*, 76(12), 1675–1681.
- Soniya, F., dan Fauziah, M. (2020). Efektivitas Ekstrak Ikan Gabus sebagai Antihiperglikemik. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(1), 65–70.
- Soviana, E., dan Maenasari, D. (2019). Asupan Serat, Beban Glikemik Dan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 19–29.
- Sudirman, S., dan Kusumastuti, A. C. (2018). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Binahong (*Anredera Cordifolia*) terhadap Kadar Glukosa Darah pada Wanita Dewasa. *Journal of Nutrition College*, 7(3), 114.
- Suharto, I. P. S., Lutfi, E. I., dan Rahayu, M. D. (2019). Pengaruh Pemberian Jahe (*Zingiber officinale*) terhadap Glukosa. *Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 7(3), 76–83.
- Sun, X. meng, Ye, H. qing, Liu, J. bo, Wu, L., Lin, D. bo, Yu, Y. li, dan Gao, F. (2018). Assessment of anti-diabetic activity of peanut shell polyphenol extracts. *Journal of Zhejiang University: Science B*, 19(10), 764–775.
- Sunil Kumar, B. V., Singh, S., dan Verma, R. (2017). Anticancer potential of dietary vitamin D and ascorbic acid: A review. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 57(12), 2623–2635.
- Susilawati, dan Rahmawati, R. (2021). Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2019. *Arsip Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 15–22.
- Swainson, M. G., Batterham, A. M., dan Hind, K. (2020). Age- and sex-specific reference intervals for visceral fat mass in adults. *International Journal of Obesity*, 44(2), 289–296. <https://doi.org/10.1038/s41366-019-0393-1>
- Syamsul, T. D., Lala, dan Syaharuddin. (2022). Kandungan fitokimia , polifenol dan flavonoid madu trigona (*Tetragonula biroi*) Bone, Sulawesi-Selatan. *Journal of Training and Community Service Adpertisi*, 2(2), 62–70.
- Syari, F. R., Hendrianingtyas, M., dan Retnoningrum, D. (2019). Hubungan Lingkar Pinggang Dan Visceral Fat Dengan. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(2), 701–712.
- Tacazily, I. V, Sakul, S. E., dan Rumondor, D. B. J. (2024). Karakteristik pH , total padatan dan sifat sensoris yogurt dengan penambahan serai (*Cymbopogon citratus*). *Prosiding Seminar Nasional Universitas Sam Ratulangi Manado* 1, 95–107.
- Takahashi, S., Anzawa, D., Takami, K., Ishizuka, A., dan Mawatari, T. (2016). On Visceral Fat Accumulation in Healthy Japanese Adults : a randomized controlled trial. *Bioscience of Microbiota, Food and Healt*, 35(4), 163–171.

- Tarigan, T. J. E., Yunir, E., Subekti, I., Pramono, L. A., dan Martina, D. (2015). Profile and analysis of diabetes chronic complications in outpatient diabetes clinic of Cipto Mangunkusumo Hospital, Jakarta. *Medical Journal of Indonesia*, 24(3), 156–162.
- Ugahari, L. E., Mewo, Y. M., dan Kaligis, S. H. M. (2016). Gambaran kadar glukosa darah puasa pada pekerja kantor. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2).
- Ujjani, S. (2015). Hubungan antara Usia dan Jenis Kelamin dengan Kadar Kolesterol Penderita Obesitas RSUD Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 43–48.
- Valentin, G. F., Suhaidi, I., dan Yusraini, E. (2018). Pengaruh penambahan sari jahe merah dan sari jeruk nipis terhadap mutu minuman sari melon. *Rekayasa Pangan Dan Peternakan*, 6(3), 426–433.
- Wang, H. H., Lee, D. K., Liu, M., Portincasa, P., dan Wang, D. Q. H. (2020). Novel insights into the pathogenesis and management of the metabolic syndrome. In *Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition* (Vol. 23, Issue 3).
- Wang, Y., Wu, Y., Wang, Y., Xu, H., Mei, X., Yu, D., Wang, Y., dan Li, W. (2017). Antioxidant properties of probiotic bacteria. *Nutrients*, 9(5).
- Wardani, E., dan Pahriyani, A. (2018). Aktivitas Yoghurt Kacang Komak (*Lablab Purpureus* (L.) Sweet) Sebagai Antihiperglikemia. *Jurnal Jamu Indonesia*, 3(1), 18–25.
- Wibawa, J. C., Wati, L. H., dan Arifin, M. Z. (2020). Mekanisme Vitamin C Menurunkan Stres Oksidatif Setelah Aktivitas Fisik. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 5(1), 57.
- Widaryanti, B., Khikmah, N., dan Sulistyani, N. (2021). Efek Rebusan Sereh (*Cymbopogon citratus*) Terhadap Respon Stress Oksidatif Pada Tikus Wistar Jantan (*Rattus norvegicus*) Diabetes Barinta. *Life Science*, 10(2), 173–181.
- Widastra, I. M., Rahayu, V. E. S. ., dan Yasa, I. D. P. G. P. (2015). Obesitas Sentral Sebagai Faktor Penyebab Timbulnya Resistensi Insulin pada Orang Dewasa. In *Jurnal Skala Husada* (Vol. 12, Issue 2, pp. 103–109).
- Widhi, B. W., dan Putri, M. A. (2020). Korelasi antara level lemak visceral, persentase lemak tubuh dan indeks masa tubuh terhadap kadar kolesterol total pada lansia di posyando lansia kecamatan Geger Kabupaten Madiun. *Journal of Nursing Care dan Biomolecular*, 5(1), 65–76.
- Widiasari, K. R., Wijaya, I. M. K., dan Suputra, P. A. (2021). Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicine*, 1(2), 114.
- Winarsi, H. (2024). Laporan Penelitian Pengembangan Produk Etnofarmaka Yogurt Kacang Tanah, Sereh, dan Jahe sebagai Penurun Kadar Gula Darah Puasa pada Penderita Diabetes Melitus Tipe-2.
- Winarsi, H., Erminawati, E., Andreas, A., dan Nuraeni, I. (2022). Mung bean sprouts yoghurt rich in antioxidants as a functional drink during pandemic. *Food Research*, 6(1), 287–295.

- Winarsi, H., Ramadhan, G.R., dan Dewi, I.A. (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).
- 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.
- Witarsa, R., Fadhilaturrahmi, F., dan Rizal, M. S. (2020). Pengaruh Asupan Nutrisi Shake Kacang Kedelai terhadap Skala Lemak Perut Guru-guru Sekolah Dasar di Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 1114–1124.
- Ye, Q., Georges, N., dan Selomulya, C. (2018). Microencapsulation of active ingredients in functional foods: From research stage to commercial food products. *Trends in Food Science and Technology*, 78, 167–179.
- Yusuf, B., Nafisah, S., dan Inayah, N. N. (2023). Literatur Review : Gula Darah Puasa Pada Penyakit Diabetes Melitus. *Jurnal Farmasi Medica/Pharmacy Medical Journal (PMJ)*, 6(1), 28–33.
- Zulferi, T. A. (2017). Analisis Faktor Risiko Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Obesitas Sentral Pada Wanita Dewasa di Kecamatan Nanggalo Kota Padang. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, XI(74), 20–25.

