

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhany, S. D., & Lamsiyah, L. (2018). Tingkat pengetahuan pedagang warung tenda di Jalan Yos Sudarso Palangkaraya tentang bahaya penggunaan minyak jelantah bagi kesehatan. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 3(2), 62–68.
- Arif, M., & Sandro, M. (2025). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kadar kolesterol. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 3(1), 51–61.
- Agfrilita, M. (2020). *Gambaran asupan lemak dan aktivitas fisik pada penderita hiperkolesterolemia* (Disertasi doktoral, Poltekkes Kemenkes Riau).
- Agustyanti, P. N., Pradigdo, S. F., & Aruben, R. (2017). Hubungan asupan makanan, aktivitas fisik dan penggunaan kontrasepsi hormonal dengan kadar kolesterol darah (Studi pada wanita keluarga nelayan usia 30–40 tahun di Tambak Lorok, Semarang tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 737–743.
- Aisyah, M., Komalyna, I. N. T., & Setyobudi, S. I. (2022). Perbedaan pengetahuan, sikap, dan pola makan penderita hiperkolesterolemia dan non hiperkolesterolemia. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(11), 1346–1354.
- Al-Rahmad, A. H., Annaria, A., & Fadjri, T. K. (2016). Faktor risiko peningkatan kolesterol pada usia di atas 30 tahun di Kota Banda Aceh. *Jurnal Nutrisia*, 18(2), 109–114.
- Aprianti, A., Mubarakah, K., Yuantari, M. G., & Rahma, N. S. U. (2023). Nutrition fact literacy in productive age communities in Semarang City, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(3).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian: Metode penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayu, A. M., Mutalazimah, M., & Herawati, I. (2017). Hubungan frekuensi senam aerobik dan asupan kolesterol terhadap kadar kolesterol darah wanita usia subur di pusat kebugaran Syariah Agung Fitnes Makamhaji. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 74–82.
- Ayuandira, A. (2012). *Hubungan pola konsumsi makan, status gizi, stres kerja dan faktor lain dengan hiperkolesterolemia pada karyawan PT. Semen Padang tahun 202* [Disertasi]. Universitas Indonesia.
- Baecke, J. A. H., Burema, J., & Frijters, J. E. R. (1982). A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *American Journal of Clinical Nutrition*, 36(5), 936–942.

Bambona, N. R. B. (2022). Hubungan pola makan terhadap kadar kolesterol darah total pada dosen Universitas Muhammadiyah Parepare. *Indonesian Health Journal*, 1(2), 74–81.

Beheshti, S. O., Madsen, C. M., Varbo, A., & Nordestgaard, B. G. (2020). Worldwide prevalence of familial hypercholesterolemia: Meta-analyses of 11 million subjects. *Journal of the American College of Cardiology*, 75(20), 2553–2566.

Bintanah, S. (2010). *Hubungan konsumsi lemak dengan kejadian hiperglikolesteronemia*. Jakarta: Agro Media Pustaka.

Bistara, D. N., & Ainiyah, N. (2017). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Posyandu Lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 11(1), 51–57.

Bull, F. C., Maslin, T. S., & Armstrong, T. (2009). Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) nine country reliability and validity study. *Journal of Physical Activity and Health*, 6, 790–804.

Bonow, R. O., Mann, D. L., Zipes, D. P., & Libby, P. (2011). *Braunwald's heart disease e-book: A textbook of cardiovascular medicine*. Elsevier Health Sciences.

Cahyaningsih, C. T., Kushadiwijaya, H., & Tholib, A. (2009). Hubungan higiene sanitasi dan perilaku penjamah makanan dengan kualitas bakteriologis peralatan makan di warung makan. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 25(4), 180.

Cleland, C., et al. (2014). Validity of the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) in assessing levels and change in moderate–vigorous physical activity and sedentary behaviour. *BMC Public Health*, 14, 1–11.

Cora, D. I., Engka, J. N., & Pangemanan, D. (2019). Hubungan konsumsi alkohol dengan kadar trigliserida pada mahasiswa. *Jurnal Medik dan Rehabilitasi*, 1(3).

Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., ... & Oja, P. (2003). International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 35(8), 1381–1395.

Darmojo, R., & Martono, H. (2006). *Buku ajar geriatri (Ilmu kesehatan usia lanjut)* (Edisi ketiga, hlm. 512–518). Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Darsini, D., Fahrurrozi, F., & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan; Artikel review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 13.

Darsini, D., Aryani, H. P., & Nia, N. S. (2020). Validitas dan reliabilitas kuesioner pengetahuan tentang COVID-19 (SARS-CoV-2). *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 9.

Depkes RI. (2003). *Gizi dalam angka*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

Dewi, B. P., & Soebyakto, D. H. (2024). Pengaruh kadar high density lipoprotein (HDL) dengan penurunan hot flashes pada menopause dengan senam lansia. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 14(2), 174–182.

Dwiloka, B., Setiani, B. E., & Karuniasih, D. (2021). Pengaruh penggunaan minyak goreng berulang terhadap penyerapan minyak, bilangan peroksida dan asam lemak bebas pada ayam goreng. *Science Technology and Management Journal*, 1(1), 13–17.

Fahmawati, D. (2019). Perbedaan tingkat konsumsi dan kadar kolesterol darah antara perokok dan non perokok. *The Indonesian Journal of Public Health*, 14(2), 243.

Faridi, A., Trisutrisno, I., Irawan, A. M. A., Lusiana, S. A., Alfiah, E., Rahmawati, L. A., ... & Sinaga, T. R. (2022). *Survei konsumsi gizi*. Yayasan Kita Menulis.

Feigin, V. L., Brainin, M., Norrving, B., Martins, S., Sacco, R. L., Hacke, W., ... & Lindsay, P. (2022). World Stroke Organization (WSO): Global stroke fact sheet 2022. *International Journal of Stroke*, 17(1), 18–29.

Florence, A. G. (2017). *Hubungan pengetahuan gizi dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa TPB Sekolah Bisnis dan Manajemen Institut Teknologi Bandung* [Disertasi doctoral, Fakultas Teknik Unpas].

Godin, G., & Shephard, R. J. (1985). A simple method to assess exercise behavior in the community. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 10(3), 141–146.

Green, L. W., & Kreuter, M. W. (1991). *Health promotion planning: An educational and environmental approach* (2nd ed.). Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.

Harikedua, V. T., & Tando, N. M. (2012). Aktivitas fisik dan pola makan dengan obesitas sentral pada tokoh agama di Kota Manado. *Jurnal Gizido*, 4(1), 289–298.

Hastuty, Y. D. (2018). Perbedaan kadar kolesterol orang yang obesitas dengan orang yang non obesitas. *Averrous: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 1(2), 47–55.

Hikmah, A. M., & Cahyani, M. D. (2024). Profil singkat faktor-faktor risiko yang mempengaruhi peningkatan kolesterol total dalam darah pada pekerja kebersihan di lingkungan Kelurahan Rawa Buaya. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 10(2), 213–220.

Husen, F., Ratnaningtyas, N. I., Hidayah Khasanah, N. A., & Yuniati, N. I. (2022). Peningkatan kadar kolesterol dan usia pada ibu rumah tangga. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(2), 351–359.

Indra, E.N., 2007. 'Kontribusi latihan pada metabolisme lemak'. *Medikora*, (1).

Indrayana, S. and Palupi, N.S., (2014). 'Strategi implementasi pencantuman informasi kandungan gula, garam, dan lemak untuk pencegahan risiko penyakit Tidak Menular'. *Jurnal Mutu Pangan: Indonesian Journal of Food Quality*, 1(2), pp.159-164.

Kanah, P., (2020). 'Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa kesehatan'. *Medical Technology and Public Health Journal*, 4(2), pp.203-211.

Kemenkes (2014) *Survei Diet Total*. Rerata Asupan Lemak Dewasa.

Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI

Keytel, L.R., Goedecke, J.H., Noakes, T.D., Hiiloskorpi, H., Laukkanen, R., van der Merwe, L. and Lambert, E.V., 2005. Prediction of energy expenditure from heart rate monitoring during submaximal exercise. *Journal of Sports Sciences*, 23(3), pp.289–297.

Kowalski, K.C., Crocker, P.R.E. and Faulkner, R.A., 1997. Validation of the Physical Activity Questionnaire for Older Children. *Pediatric Exercise Science*, 9(2), pp.174–186.

Kristina, D.P., 2023. Hiperkolesterolemia pada Anak dan Remaja. *Medical Methodist Journal (MediMeth)*, 1(1), pp.30-37.

Kurniawan, F., Slamet, S. and Kamilla, L., 2019. Hubungan Umur, Jenis Kelamin dan Kegemukan dengan Kadar Kolesterol Total Guru SMAN 1 Sei Raya. *Jurnal Laboratorium Khatulistiwa*, 2(2), pp.72-75.

Kusumastuti, D.I., 2014. Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang mengalami hipertensi di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta. Surakarta: STIKES Kusuma Husada.

Irianto, D.P., (2017). 'Pedoman gizi lengkap keluarga dan olahragawan'. Yogyakarta: Andi.

Langgu, S.E.N., Ngaisyah, R.D. and Yuningrum, H., (2019). 'Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Gorengan dengan Hiperkolesterolemia di Posbindu Dusun Kopat, Desa Karangsari, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulon Progo, Yogyakarta'. In *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu* (Vol. 1, No. 1).

Lawrence, E.M., 2017. Why do college graduates behave more healthfully than those who are less educated?. *Journal of health and social behavior*, 58(3), pp.291-306.

Listyandini, R., Pertiwi, F.D. and Riana, D.P., (2020). 'Asupan Makan, Stress, dan Aktivitas Fisik Dengan Sindrom Metabolik Pada Pekerja di Jakarta'. *AN-Nur: Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), pp.19-32.

Malonda, N.S.H., Dinarti, L.K. and Pangastuti, R., 2012. Pola makan dan konsumsi alkohol sebagai faktor risiko hipertensi pada lansia. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 8(4), pp.202-212.

McKenzie, T.L., Marshall, S.J., Sallis, J.F. and Conway, T.L., 2000. Leisure-time physical activity in school environments: An observational study using SOPLAY. *Preventive Medicine*, 30(1), pp.70–77.

Menkes. (2010). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 1792/Menkes/SK/XII/2010. *Tentang Pedoman Pemeriksaan Kimia Klinik*. Menteri Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta

Mumpuni, M., Kusumastuti, I. and Manurung, S., (2023). 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Kolesterol Darah Penderita Penyakit Jantung Koroner'. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(2), pp.279-294.

Murray, R.K., Branner, D.K., Mayes, P.A., Rod, & Well, V.W. (2000). 1 larper's Biochemistry 29J, Now York: MC Graw Hill, p.160-71.

Musdalifah, N. R., Satrio, w., 2017. Hubungan Index Massa Tubuh dengan Kolesterol Total pada Staff dan Guru SMA Negeri 1 Kendari. *MEDULA*. 4 (2) : pp.361 –7

Musnelina, L., Putri, E.T. and Ayunda, R.W., 2024. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap dan Perilaku Masyarakat terhadap Penatalaksanaan Obat Antihipertensi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 8(1), pp.11-18.

Nguju, A.L., Kale, P.R. and Sabtu, B., 2018. Pengaruh cara memasak yang berbeda terhadap kadar protein, lemak, kolesterol dan rasa daging sapi Bali. *Jurnal Nukleus Peternakan*, 5(1), pp.17-23.

Nindya, T.S., Mahmudiono, T. and Rachmah, Q., (2021). 'The estimation of cholesterol intake in elderly: reliability and validity of short, Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)'. *Journal of Nutrition and Health*, 54(1), pp.95-103.

Nurrahmani U. 2012 Stop! Kolesterol Tinggi. Jogjakarta: Group Relasi Inti Media;.

Pirillo, A., Casula, M., Olmastroni, E., Norata, G. D., & Catapano, A. L. (2021). Global epidemiology of dyslipidaemias. *Nature Reviews Cardiology*. 18(10), pp.689-700. doi:10.1038/s41569-021-00541-4

Raditya, A.B.G.I., Sundari, H.W.D.C. and Karta, W.I., 2018. Gambaran Kadar Kolesterol Low Density Lipoprotein (LDL) pada Perokok Aktif. *Meditory J Med Lab*, 6(2), pp.78-87.

Rahman, I. and Utami, D., 2014. Hubungan Obesitas Dengan Kadar Kolesterol Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati. *Jurnal Medika Malahayati*, 1(4), pp.185-191.

Renityas, N.N., 2019. Pendidikan Kesehatan Tentang Kolesterol Efektif Meningkatkan Pengetahuan Lansia Dalam Pencegahan Kolesterol. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 9(2), pp.82-88.

Ritan, A.F.G., Murdhiono, W.R. and Syafitri, E.N., (2018). 'Hubungan body image dengan pola makan dan aktivitas fisik pada mahasiswa obesitas di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta'. *Ilmu Gizi Indonesia*, 2(1), pp.25-32.

Riyanto, S.T.S. and Putera, A.R., (2022). *Metode Riset Penelitian Kesehatan & Sains*. Deepublish.

Roring, N.M., Posangi, J. and Manampiring, A.E., (2020). 'Hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan intensitas olahraga dengan status gizi'. *Jurnal Biomedik: Jbm*, 12(2), pp.110-116.

Rusilanti, M.S., (2014). *Kolesterol Tinggi Bukan untuk Ditakuti*. FMedia.

Rusmini, R., Kurniasih, H. and Widiastuti, A., (2023). 'Prevalensi Kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM)'. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), pp.1032-1039.

Sallis, J.F. and Saelens, B.E., 2000. Assessment of physical activity by self-report: Status, limitations, and future directions. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(sup2), pp.1-14.

Saraswati, S.Y., (2020). 'Kadar Kolesterol Total Pada Perokok Aktif Dan Perokok Pasif' *Doctoral dissertation*, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang.

Sari, N.N.P., (2018). 'Frekuensi Konsumsi Junk Food, Status Gizi dan Usia Menarche pada Siswi SMP Dharma Praja Kabupaten Badung Provinsi Bali' *Doctoral dissertation*, JURUSAN GIZI.

Saputri, F.A., Aryawati, W., Muhani, N., Lukman, I. and Yanti, D.E., 2024. Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Tidak Menular (Hiperkolestolemia) Pada Warga Binaan Pemasarakatan Di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Way Hui Bandar Lampung. *Jurnal Dunia Kesmas*, 13(3), pp.168-180.

Schoeller, D.A. and van Santen, E., 1982. Measurement of energy expenditure in humans by doubly labeled water method. *Journal of Applied Physiology*, 53(4), pp.955-959.

Septiani, I.Y. and Siscawati, M., 2022. Chef Minoritas di Tempat Kerja: Perempuan di Dapur Profesional. *Paradigma: Jurnal Kajian Budaya*, 12(2), pp.121-135.

Sirajuddin, Surmita, Tri A. 2018. Survey konsumsi pangan. Kementrian Kesehatan RI.

Siregar, F.A. and Makmur, T., 2020. Metabolisme lipid dalam tubuh. *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, 1(2), pp.60-66.

Sulastri, D. and Rahayuningsih, S., 2005. Purwastyastuti. Pola asupan lemak, serat dan antioksidan serta hubungannya dengan profil lipid pada laki-laki etnik Minangkabau. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 55(2), pp.61-66.

Sulayfiyah, T.N., Wahyuni, I. and Rohman, A., 2024. Hubungan Pengetahuan terhadap Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Indonesian Health Science Journal*, 4(2), pp.35-39.

Sumantri, A.W., (2023). 'Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol Di Puskesmas Warkuk Ranau Selatan Kabupaten Oku Selatan Tahun 2022'. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 12(1), pp.47-55.

Sunarti., Iwaningsih, S., (2010). 'Pengetahuan Gizi, Sikap dan Pola Makan dengan Profil Lipid Darah pada Pegawai Rumah Sakit Mata Cicendo Bandung'. *Nutrire Diaita*, 2(1), pp.23-32.

Supariasa, Nyoman, I D., Bakri, B., Fajar, I., 2016. Penilaian status gizi. Penerbit Buku Kedokteran ECG. Jakarta.

Suryana, S. and Fitri, Y., (2017). 'Hubungan aktivitas fisik dengan IMT dan komposisi lemak tubuh'. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2(2), pp.114-119.

Syarfaini, S., Ibrahim, I.A. and Yunliana, Y., 2020. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Kadar Kolestrol pada Aparatur Sipil Negara. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), pp.53-60.

Thompson, F.E. and Subar, A.F., 2017. Dietary assessment methodology. *Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease*, pp.5-48.

Troiano, R.P., Berrigan, D., Dodd, K.W., Mâsse, L.C., Tilert, T. and McDowell, M., 2008. Physical activity in the United States measured by accelerometer. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 40(1), pp.181–188.

Tudor-Locke, C. and Bassett, D.R., 2004. How many steps/day are enough? Preliminary pedometer indices for public health. *Sports Medicine*, 34(1), pp.1–8.

Utama, F., Rahmiwati, A., Alamsari, H. and Lihwana, M.A., (2019). 'Gambaran penyakit tidak menular di universitas sriwijaya'. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), pp.52-64.

Waani, O.T., Tiho, M. and Kaligis, S.H., 2016. Gambaran kadar kolesterol total darah pada pekerja kantor. *eBiomedik*, 4(2).

Waloya, T., Rimbawan, R. and Andarwulan, N., 2013. Hubungan antara konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol darah pria dan wanita dewasa di Bogor. *Jurnal Gizi dan pangan*, 8(1), pp.9-16.

Wibowo, A.T., 2017. Hubungan masa kerja, sikap kerja dan indeks masa tubuh (imt) dengan kejadian low back pain (lbp) pada tenaga kerja bongkar muat (TKBM)(Studi Pada Pekerja TKBM di Pelabuhan Tanjung Emas) (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).

Widiastuti, W., Zulkarnaini, A. and Mahatma, G., 2024. Review Artikel: Pengaruh Pola Asupan Makanan Terhadap Resiko Penyakit Diabetes. *Journal of Public Health Science*, 1(2), pp.108-125.

World Health Organization (WHO), 2010. *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Analysis Guide*. Geneva: WHO. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128> [Accessed 22 Jun. 2025].

Yani, M., 2015. Mengendalikan kadar kolesterol pada hiperkolesterolemia. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), p.115737.

Yuliantini, E., Sari, A.P. and Nur, E., (2015). 'Hubungan asupan energi, lemak dan serat dengan rasio kadar kolesterol total-HDL'. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 38(2), pp.139-147.

Yoeantafara, A. and Martini, S., 2017. Pengaruh pola makan terhadap Kadar Kolesterol total. *Jurnal Mkmi*, 13(4), pp.304-309.

Zuhroiyyah, S.F., Sukandar, H. and Sastradinanja, S.B., (2017). 'Hubungan aktivitas fisik dengan kadar kolesterol total, kolesterol low-density lipoprotein, dan kolesterol high-density lipoprotein pada masyarakat Jatinangor'. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 2(3).