

DAFTAR PUSTAKA

- Ahlulkemal, M. D., Hairrudin, H., & Nurmaida, E. (2024). Analisis Efek Terapi Kombinasi Beras Analog dan Glimepirid terhadap Kadar MDA Pankreas pada Tikus Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Pharmascience*, 11(2), 316-326.
- Alhumaerah, M., Syamsu, R. F., Karim, M., (2024). Changes HDL and LDL Levels After Using Olive Oil and Figs Extract on White Rats with A High-Fat Diet. *Jurnal Biologi*, 24 (1), 276–283. <http://dx.doi.org/10.29303/jbt.v24i1.6536>
- Ambarita, E. L., Laurenxius, V. S., Lumbantobing, C. J. R. E., & Lina, J. (2023). Pengaruh Ekstrak Daun G. Atroviridis Terhadap Steatosis Hepar Pada Rattus Norvegicus Obes Dengan Diet Tinggi Lemak. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 5, 9-15.
- Anggraini, R. F., Budijanto, S., & Sitanggang, A. B. (2022). Peluang Pengembangan Beras Analog Fortifikasi. *Jurnal Pangan*, 31(1), 93–94.
- Arifah, Y., Sunarti, S., & Prabandari, R. (2022). Efek Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Terhadap Kolesterol Total, LDL, HDL Pada Tikus (*Rattus Norvegicus*). *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 4(1), 18–31. <https://doi.org/10.37311/jsscr.v4i1>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Hasil survei sosial ekonomi nasional (Susenas) 2024: Obesitas/overweight* [Publikasi statistik]. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>
- Baroroh, Y. M. (2013). *Pengaruh Pemberian Diet Tinggi Lemak terhadap Profil Lipid dan Serum MDA (Malonaldehida) pada Tikus Percobaan*. [Skripsi], Institut Pertanian Bogor
- Budijanto, S., Andri, Y. I., Faridah, D. N., & Noviasari, S. (2018). Karakterisasi Kimia dan Efek Hipoglikemik Beras Analog Berbahan Dasar Jagung, Sorgum, dan Sagu Aren. *Agritech*, 37(4), 402. <https://doi.org/10.22146/agritech.10383>
- Dewantari, S. P., Hairrudin, H., & Sakinah, E. N. (2020). Analog Rice Reduces Weight and Total Cholesterol Levels in Overweight and Hypercholesterolemic Rats. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 31(1), 7–12. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2020.031.01.2>
- Dianah, R., Andari, E. A., Elvira Anjani Putri, Cahya Chita Dwinanti, & Nafisah, D. N. (2022). Penyuluhan Cara Mencegah Obesitas Pada Remaja dengan Pola Makan Yang

- Sehat. *Jurnal Abdimas ADPI Sains Dan Teknologi*, 3(3), 41–50.
- Fahlevi, R., Ulfa, M., Hafifah, C. N., Pardede, S. O., & Trihono, P. P. (2024). Obesitas dan Risiko Penyakit Ginjal pada Anak. *Sari Pediatri*, 26(1), 63. <https://doi.org/10.14238/sp26.1.2024.63-8>
- Fatmala, L. N. (2021). Pengaruh Suplementasi Serat terhadap Berat Badan Orang Dewasa pada Status Gizi Lebih. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 6.
- Finirsa, M. A., Warsidah, W., & Sofiana, M. S. J. (2022). Karakteristik Fisikokimia Beras Analog dari Kombinasi Rumput Laut *Eucheuma cottoni*, Mocaf dan Sagu. *Oceanologia*, 1(2), 69. <https://doi.org/10.26418/jose.v1i2.54566>
- Fiqtinovri, S. M., & Lesmana, R. (2019). Karakteristik Beras Analog “Mosinggaja” dari Mocaf (Modified Cassava Flour) Singkong Gajah (*Manihot utilissima*) dan Tepung Jajing Manis. *FoodTech Jurnal Teknologi Pangan*, 2(2), 52–59. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jft/article/view/37417>
- Firdausia, Rumiati, A.E., N., Y.A., P., & Y., P. (2021). *The effect of functional rice analogue diet from mocaf, corn, pigeon pea and seaweed on rats model of type 2 diabetes*. 5(August), 238–247.
- Giri, K. A. W. K., & Astuti, N. M. W. (2023). Pemanfaatan Kulit Jeruk Bali (*Citrus Maxima*) Sebagai Dietary Fiber Untuk Pengendalian Penyakit Radang Usus. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(06), 2103–2113. <https://doi.org/10.59141/comserva.v3i06.1024>
- Guarneiri, L. L., Silva, R. M., & Andrade, P. B. (2025). Protein, fiber, and exercise: Roles in weight management. *Nutrients*, 17(2), 245.
- Hardiany, N. S. (2025). Upaya Pencegahan Proses Penuaan Seluler Pada Kondisi Obesitas Untuk Mewujudkan Masyarakat Indonesia Yang Sehat. In *Dgb.Ui.Ac.Id*. <https://dgb.ui.ac.id/wp-content/uploads/123/2025/02/buku-pidato-prof.-Novi-Silvia.pdf>
- Hardoko, Hafidz, Y. A., Sasmito, B. B., & Halim, Y. (2020). *Antidiabetic Potency and Characteristics of Corn Flour and Cassava Flour-Based Rice Analog Added with R. mucronata Mangrove Fruit Flour and E. cottonii Seaweed Flour*. 194(FANRes 2019), 199–204. <https://doi.org/10.2991/aer.k.200325.038>

- Hastuti, P., Anisah, N., Siagian, J. I., Nubiko, K. E., & Adhla, A. (2011). *Obesitas dan Hubungannya dengan Polimorfisme gena promotor 5-HT2a, Tekanan darah, Profil Lipid, Kadar Glukosa, dan Malondialdehid*. 8, No. 2, 81–86.
- Hatuala, M., Doni, L., & Daud, L. O. R. (2024). Pembuatan Pangan Alternatif Dari Pengolahan Ubi Kayu (*Manihot Esculenta*) Pengganti Nasi Sebagai Pemanfaatan Makanan Lokal. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 2(3), 66–70. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v2i3.81>
- Hendarto, A., Hafifah, C. N., Sjarif, D. R., & Alhadar, A. K. (2019). Hubungan antara Ukuran Lingkar Pinggang dengan Masa Lemak Tubuh, Profil Lipid, dan Gula Darah Puasa pada Remaja Obese. *Sari Pediatri*, 20(4), 237. <https://doi.org/10.14238/sp20.4.2018.237-41>
- Hermala Anindita, T., Kusnandar, F., & Budijanto, S. (2020). Sifat Fisikokimia Dan Sensoris Beras Analog Jagung Dengan Penambahan Tepung Kedelai. *Jurnal Teknologi Dan Industri Pangan*, 31(1), 29–37. <https://doi.org/10.6066/jtip.2020.31.1.29>
- Hestningsih, T., Irfannuddin, & Subandrate. (2022). Tinjauan Pustaka Tinjauan Pustaka. *Convention Center Di Kota Tegal*, 12(2), 85–97.
- Hidayati, A. O., & Hardani, E. (2019). Analysis Of Risk Factors Oxidative Stress In Obesity Women. *Journal of Health*, 6(1), 51–57. <https://doi.org/10.30590/vol6-no1-p51-57>
- Hoover, A. (2022). *TigerPrints Physical and Microbiological Characteristics of Pickled Eggs from Japanese Quail (Coturnix coturnix japonica) of the Pharaoh Variety*.
- Hosain, A., & Jayadeep, A. (2022). *Impact of extrusion on the content and bioaccessibility of fat soluble nutraceuticals, phenolics and antioxidants activity in whole maize*. 161(May), 2437–2447. <https://doi.org/10.1016/j.tjnut.2024.06.003>
- Indriputri, C., & Maulana, R. (2022). Pengaruh Pemberian Diet Tinggi Lemak Terhadap Profil Lipid Serum Tikus (*Rattus Novergicus*) Galur Wistar. *Metabolism: Clinical and Experimental*, 59(8), 1210–1220.
- Institute for Health Metrics and Evaluation. (2018). *Global burden of disease study 2017 (GBD 2017) results: Overweight and obesity prevalence 1990–2017*. IHME. <https://www.healthdata.org/gbd/2017>
- Irawan, R. (2013). *Hubungan Obesitas Terhadap Kadar Malondialdehid (Mda) Plasma*

Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Uin Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Isdadiyanto, S., Sitasiwi, A. J., & Mardiaty, S. M. (2024). Profil Lipid Tikus (*Rattus norvegicus* L.) Hiperlipidemia Setelah Terpapar Ekstrak Etanol Biji Mahoni (*Swietenia mahagoni*). *Buletin Anatomi Dan Fisiologi*, 9(1), 85–92. <https://doi.org/10.14710/baf.9.1.2024.85-92>
- Istiqomah, A. N., Putra, H. M., Aligita, W., & Risa O, B. (2022). Aktivitas Antiobesitas dan Antiinflamasi Ekstrak Etanol Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) pada Tikus Wistar Jantan Obesitas. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina (JIIS): Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 7(2), 390–400. <https://doi.org/10.36387/jiis.v7i2.1059>
- Itoh, H., Kaneko, H., Kiriya, H., Yoshida, Y., Nakanishi, K., Mizuno, Y., Daimon, M., Morita, H., Yatomi, Y., Yamamichi, N., & Komuro, I. (2020). Effect of metabolically healthy obesity on the development of carotid plaque in the general population: A community-based cohort study. *Journal of Atherosclerosis and Thrombosis*, 27(2), 155–163. <https://doi.org/10.5551/jat.48728>
- 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>
- Juwandi, R., Lestari, R. Y., & Nida, Q. (2023). Pemberdayaan Ekonomi Kreatif Dan Ketahanan Pangan Masyarakat Dalam Optimalisasi Singkong Sebagai Penguatan Economic Civic. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 7–12. <https://doi.org/10.56393/jpkm.v1i1.451>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas-2018/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Nasional Riskesdas 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id/riskesdas-2023/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI)*. Direktorat Gizi Masyarakat. <https://tkpi.kemkes.go.id/>

- Kinanti, M. T. Y., Noer, E. R., Al-Baarri, A. N. M., Afifah, D. N., & Pramono, A. (2025). Potensi Pemberian Biskuit Mocaf Dengan Penambahan Hidrolisat Protein Ikan Terhadap Kadar Crp Dan Profil Lipid. *Gizi Indonesia*, 48(2), 227-240.
- Kuai, R., Li, D., Chen, Y. E., Moon, J. J., & Schwendeman, A. (2016). High-Density Lipoproteins: Nature's Multifunctional Nanoparticles. *ACS Nano*, 10(3), 3015–3041. <https://doi.org/10.1021/acsnano.5b07522>
- Kura, S. S. Y., Pramono, A., Afifah, D. N., & A.Savitri, R. (2024). Literatur Review: Efek Spirulina Plantensis Pada Stres Oksidatif Dan Peradangan Pada Obesitas. *Journal of Nutrition College*, 13(3), 247–256. <https://doi.org/10.14710/jnc.v13i3.42574>
- 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>
- Kusnandar, F., Noviasari, S., Setiyono, A., & Budijanto, S. (2015). Beras Analog Sebagai Pangan Fungsional Dengan Indeks Glikemik Rendah. *Jurnal Gizi Pangan*, 10(3), 225–232.
- Laurence, D. R., & Bacharach, A. L. (Eds.). (1964). *Evaluation of drug activities: Pharmacometrics*. Academic Press.
- Lestari, R. P. I., Harna, & Novianti, A. (2019). Hubungan Pola Konsumsi dan Tingkat Kecukupan Serat dengan Kadar Kolesterol Total Pasien Poliklinik Jantung. *The Mathematical Gazette*, 55(393), 298–305. <https://doi.org/10.2307/3615019>
- Linda, R., Nawangsari, Ilmiawan, M. I., & Novianry, V. (2019). Kadar Malondialdehid Hati Tikus Putih (*Rattus novergicus*) Galur Wistar Jantan Dewasa Pasca Penghentian Paparan Monosodium Glutamat. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 5(1), 1–10.
- Mahdi, C., Citrawati, P., & Hendrawan, V. F. (2020). The Effect of Rice Bran on Triglyceride Levels and Histopatologic Aorta in Rat (*Rattus norvegicus*) of High Cholesterol Dietary Model. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 833(1), 0–9. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/833/1/012022>
- Marjan, L. U. (2022). Pembuatan dan Karakterisasi Beras Analog Berindeks Glikemik Rendah dari Umbi Garut (*Maranta arundinaceae* L.) dan Tepung Mocaf (Modified

- Cassava Flour) sebagai Alternatif Pangan Fungsional (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Marlindasari, L., Priatni, H. L., & Darotulmutmainnah, A. (2023). Uji Efektivitas Ekstrak Ciplukan (*Physallis Angulata*) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Tikus Jantan Galur Wistar. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 9(1), 12–18.
- Marta, H., Febiola, C., Cahyana, Y., Arifin, H. R., Fetriyuna, F., & Sondari, D. (2023). Application of Composite Flour from Indonesian Local Tubers in Gluten-Free Pancakes. *Foods*, 12(9), 1–13. <https://doi.org/10.3390/foods12091892>
- Maryusman, T., Imtihanah, S., & Firdaus, N. I. (2020). Kombinasi Diet Tinggi Serat Dan Senam Aerobik Terhadap Profil Lipid Darah Pada Pasien Dislipidemia. *Gizi Indonesia*, 43(2), 67–76. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v43i2.354>
- Mufidah, L., Rachmawati, E., & Sulistyani, T. (2024). *Pengembangan Beras Analog Sibon (Singkong, Abon Ayam) Pengganti Beras Padi*. 10(2), 162–170.
- Nawai, F., Syauqy, A., & Pramono, A. (2024). Studi Literatur: Manfaat Serat dan Pati Resisten terhadap Kesehatan Metabolik. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(1), 149. <https://doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.25132>
- Nirmagustina, D. E. (2007). Pengaruh Minuman Fungsional Mengandung Tepung Kedelai Kaya Isoflavon Dan Serat Pangan Larut Terhadap Kadar Total Kolesterol Dan Trigliserida Serum Tikus Percobaan. *Jurnal Teknologi Dan Industri Hasil Pertanian*, 12(2), 47–52.
- Novelli, E. L. B., Diniz, Y. S., Galhardi, C. M., Ebaid, G. M. X., Rodrigues, H. G., Mani, F., Fernandes, A. A. H., Cicogna, A. C., & Novelli Filho, J. L. V. B. (2007). Anthropometrical parameters and markers of obesity in rats. *Laboratory Animals*, 41(1), 111–119. <https://doi.org/10.1258/002367707779399518>
- Noviasari, S., Kusnandar, F., Setiyono, A., & Budijanto, S. (2017). Karakteristik Fisik, Kimia, dan Sensori Beras Analog Berbasis Bahan Pangan Non Beras. *Jurnal Pangan*, 26(1), 1–12.
- Nurhidayati, N., Irawan, I. R., & Sudikno, S. (2022). Hubungan Obesitas Dengan Profil Lipid Pada Remaja Di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 45(1), 35–46. <https://doi.org/10.22435/pgm.v45i1.6081>

- Nurzakiah, Hadju, V., Jafar, N., Indriasari, R., Sirajuddin, S., Amiruddin, R., Studi Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Masyarakat Baramuli Pinrang, S., Studi Gizi, P., Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, F., Epidemiologi, J., Poros Pinrang-Polman, J., & Selatan, S. (2021). Literatur Review : Pengaruh Pola Makan Terhadap Sindrom Metabolik. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 215–224.
- Octavia, Z. F., Djamiatun, K., & Suci, N. (2017). Pengaruh pemberian yogurt sinbiotik tepung pisang tanduk terhadap profil lipid tikus sindrom metabolik. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(4), 159. <https://doi.org/10.22146/ijcn.19369>
- Osunu, P., Moyegbone, J., & Nwose, E. (2024). Exploring the Roles of Dietary Fibers in Cardiovascular Diseases: A Narrative Review. *International Journal of Public Health*, 13(August), 1–12.
- Permatasari, R., Suriani, E., & Kurniawan. (2022). Hubungan Kadar Kolesterol Total Dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Labora Medika*, 6(2), 16–21. <https://doi.org/10.35790/ecl.v13i2.60873>
- Pratama, R. A. E., & Widyaningsih, S. (2022). Diabetes Patients Compliance Towards Routine Care Schedule at Health Care Centers During Covid-19 Pandemic. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 3, 67-72.
- Pratiwi, V. N., Astuti, M., & Murdiati, A. (2018). Efek Pemberian Diet Beras Merah Dan Beras Putih Prapemasakan Terhadap Kadar Total Kolesterol, Trigliserida, Dan Berat Badan Tikus Hiperglikemia. *Jurnal Teknologi Pangan*, 12(2). <https://doi.org/10.33005/jtp.v12i2.1285>
- Priambodo, A. N., Muliani, M., Yuliana, Y., & Karmaya, I. N. M. (2023). Hubungan Profil Lipid Low-Density Lipoprotein Penderita Obesitas Terhadap Kejadian Infark Miokard Akut Pada Pasien Rumah Sakit Umum Pusat Prof. Dr. I.G.N.G. Ngoerah Denpasar Tahun 2016-2021. *E-Jurnal Medika Udayana*, 12(7), 6. <https://doi.org/10.24843/mu.2023.v12.i07.p02>
- Prihandini, A. (2022). Gambaran Kadar High Density Lipoprotein (HDL) pada Wanita Menopause dan Belum Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Banguntapan 1 Bantul. *Jurnal Kesehatan*, 6(6), 9–33.
- PT Hoki Distribusi Niaga. (2024). *Laporan hasil analisis proksimat produk beras analog*

[Laporan tidak dipublikasikan]. PT Hoki Distribusi Niaga.

- Puspaningtyas, D. E., Nekada, C. D. Y., & Sari, P. M. (2022). Penambahan inulin terhadap indeks glikemik dan beban glikemik cookies growol: pengembangan makanan selingan diabetes. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 169. <https://doi.org/10.30867/action>.
- Puspita, G. R., Karyani, T., & Setiawan, I. (2022). Keberlanjutan Korporasi Petani Jagung di Kabupaten Bandung, Jawa Barat. *Analisis Kebijakan Pertanian*, 21(1), 75–96. <http://dx.doi.org/10.21082/akp.v21n1.2023.75-96>
- Pusporini, W. (2023). *Aktivitas antioksidan dan penurunan kolesterol biskuit substitusi tepung tempe kacang merah phaseolus vulgaris*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle>
- Putra, I. M. A. S., Suwantara, I. P. T., Sasadara, M. M. V., & Udayani, N. N. W. (2025). Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit Putih (*Curcuma zedoaria* Rosc.) terhadap Kadar Malondialdehid (MDA) Tikus Putih (*Rattus norvegicus*) yang Terpapar Asap Rokok. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 11(1), 67–73. <https://doi.org/10.36733/medicamento>
- Putri, A. U., Ruyani, A., Nursa'adah, E., Winarni, E. W., & Wikrama Wardana, R. (2024). Pengaruh Pemberian Ekstrak *Etlingera Hemisphaerica* terhadap HDL dan LDL pada *Mus musculus*. *Jurnal Biosilampari: Jurnal Biologi*, 7(1), 2024–2064.
- Putri, M. A., Alioes, Y., & Rusjdi, S. R. (2022). Hubungan Derajat Obesitas dengan Kadar LDL pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2016. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(2), 42–50. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v2i2.352>
- Rahim, R., Dela, A., Nurfalah, R., Anggraeni, Y., Pasaribu, S., Dwi Utami, N., & Kurnia, R. (2024). Dinamika ketahanan pangan: analisis pengaruh luas panen padi , konsumsi beras , harga beras , dan jumlah penduduk terhadap produksi padi di wilayah sentra padi di Indonesia tahun 2017-2021. *Journal Of Social Science Research*, 4, 17083–17093. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/12524>
- Ranum, P., Peña-Rosas, J. P., & Garcia-Casal, M. N. (2014). Global maize production, utilization, and consumption. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1312(1), 105–112. <https://doi.org/10.1111/nyas.12396>
- Rosalina, S. D. (2024). *Potensi Mocaf pada Pembuatan Beras Analog Sebagai Pangan Fungsional untuk Menurunkan Kadar Gula Dalam Darah (Hipoglikemik)*. November

2023, 232–244.

- Rozali, Z. F., Purwani, E. Y., Iskandriati, D., Palupi, N. S., & Suhartono, M. T. (2018). Potensi Pati Resisten Beras sebagai Bahan Pangan Fungsional. *Jurnal Pangan*, 27(3), 215–224.
- Safitri, B. I. A., Hidayati, S., Nurdin, S. U., & Rizal, S. (2023). Kajian Penggunaan Beras Analog yang Disubstitusi Glukomanan Porang (*Amorphophallus Oncophyllus*) Sebagai Antidiabetes Mencit yang Diinduksi Aloksan. *Jurnal Agroindustri Halal*, 9(3), 246-256.
- Salim, B. R. K., Wihandani, D. M., & Dewi, N. N. A. (2021). Obesitas sebagai faktor risiko terjadinya peningkatan kadar trigliserida dalam darah: tinjauan pustaka. *Intisari Sains Medis*, 12(2), 519–523. <https://doi.org/10.15562/ism.v12i2.1031>
- Sampurna, Masyhudi, Pritasari, A. M. S., Zulaikhah, S. T., & Pratama, A. A. (2023). Peningkatan Kadar Malondialdehid (MDA) Akibat Paparan Asap Rokok. *Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 14(5), 780–783.
- Santoso, A. (2011). Serat Pangan (Dietary Fiber) dan Manfaatnya Bagi Kesehatan. *Aslib Proceedings*, 22(11), 35–40. <https://doi.org/10.1108/eb050265>
- Santoso, P. (2022). *Ragam Khasiat Serat Pangan*.
- Saputri, R., A'yun, R. Q., Huriyati, E., Lestari, L. A., Rahayoe, S., Yusmiati, Y., Sulistyo, O. H., & Harmayani, E. (2021). Pengaruh pemberian jelly mengandung glukomanan porang (*Amorphophallus oncophyllus*) dan inulin sebagai makanan selingan terhadap berat badan, IMT, lemak tubuh, kadar kolesterol total, dan trigliserida pada orang dewasa obesitas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(4), 166. <https://doi.org/10.22146/ijcn.58343>
- Sari, Y. D., Prihartini, S., & Brantas, K. (2014). Asupan serat makanan dan kadar kolesterol-LDL Penduduk Berusia 25-65 tahun di kelurahan kebon kelapa, Bogor. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 37(1), 51–58. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/pgm/article>
- Sastri, S. (2014). Pengaruh Diet Tinggi Lemak Minyak Kelapa dan Minyak Sawit Terhadap Profil Lemak Darah Tikus. *Majalah Kedokteran Andalas*, 37(94).
- Setyawan, A. (2016). Efek Antifertilitas Kombinasi Ekstrak Etanol 96% Buah Pare

- (*Momordica charantia* L.) dan Buah Terong Cepoka (*Solanum torvum* Swartz) Pada Tikus Putih Jantan (*Rattus norvegicus*) Galur Wistar. *Skripsi*.
- Sibuea, C. V. (2015). Hubungan Polimorfisme Gen Apolipoprotein A5-1131T>C dengan Kadar Trigliserida pada Sindroma Metabolik. *Doctoral Dissertation, Universitas Sumatera Utara*, 5.
- Sinulingga, B. O. (2020). Pengaruh konsumsi serat dalam menurunkan kadar kolesterol. *Jurnal Penelitian Sains*, 22(1), 9–15. <https://doi.org/10.26554/jps.v22i1.556>
- Slavin, J. (2013). Fiber and prebiotics: Mechanisms and health benefits. *Nutrients*, 5(4), 1417–1435. <https://doi.org/10.3390/nu5041417>
- Soliman, G. A. (2019). Dietary Fiber, Atherosclerosis, and Cardiovascular Disease. *Nutrients*, 11, 1155. doi:10.3390/nu11051155
- Sontag, T. J., Chellan, B., Getz, G. S., & Reardon, C. A. (2013). Differing rates of cholesterol absorption among inbred mouse strains yield differing levels of HDL-cholesterol. *Journal of Lipid Research*, 54(9), 2515–2524. <https://doi.org/10.1194/jlr.M040055>
- Sukamto, S., Sui, M., Sudiyono, S., Domas G., P., & Karim, F. (2019). Pojale (Ketela Pohon Jagung Dan Kedelai) Sebagai Bahan Pengembangan Beras Analog Pengendali Kegemukan*). *Jurnal Lahan Suboptimal*, 7(2), 128–135. <https://doi.org/10.33230/jlso.7.2.2018.353>
- Sumardiono, S., Budiyo, Kusumayanti, H., Prakoso, N. I. A., Paundrianagari, F. P., & Cahyono, H. (2021). Influence of composite flour constituents and extrusion temperature in the production of analog rice. *Food Science and Nutrition*, 9(8), 4385–4393. <https://doi.org/10.1002/fsn3.2411>
- Wahyuni, S. (2025). *Indeks Trigliserida-Glukosa (TyG) sebagai Prediktor Penyakit Kardiovaskular dan Aterosklerosis*. 4(3), 139–154.
- Widhiyanti, M. U. (2013). *Hubungan Asupan serat dengan Status Gizi dan Profil Lipid Darah pada Orang Dewasa Dislipidemia*. 49.
- Wong, S. K., & Chin, K. Y. (2020). *Leptin , Adiponectin and Insulin as Regulators for Energy Metabolism in a Rat Model of Metabolic Syndrome* *Leptin , Adiponectin and Insulin as Regulators for Energy Metabolism in a Rat Model of Metabolic Syndrome*. December 2019. <https://doi.org/10.17576/jsm-2019-4812-11>

- World Health Organization. (2020). *Body Mass Index (BMI) Classification*. <https://www.who.int/data/gho/indicator-metadata-registry/imr-details/158>
- Yasaroh, S., Christijanti, W., Lisdiana, & Iswari, S. R. (2021). Efek Ekstrak Daun Kelor (*Moringa oleifera*) terhadap Kadar Glukosa Darah Tikus Diabetes Induksi Aloksan. *Prosiding Semnas Biologi Ke-9 Tahun 2021 FMIPA*, 224–229.
- Yulianti, A., Setiawan, A. A., & Ratriantari, U. (2023). Efek Seduhan Tepung Daun Kelor terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Tikus Diabetes Melitus. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 1–6. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v11i1.289>
- Yuliantini, E., Sari, A. P., & Nur, E. (2016a). 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 SE-Articles), 139–147. <https://doi.org/10.22435/pgm.v38i2.5543.139-147>
- Yuliantini, E., Sari, A. P., & Nur, E. (2016b). 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), 139–147.
- Yusni, Y., & Yusuf, H. (2022). a Close Positive Association Between Obesity and Blood Pressure in Rats. *Jurnal Kedokteran Hewan - Indonesian Journal of Veterinary Sciences*, 16(1), 29–33. <https://doi.org/10.21157/j.ked.hewan.v16i1.23913>
- Zein, E. M., Lubis, V. M. T., & Purba, A. (2017). Efek Interval Training terhadap Indeks Lee, Kadar Adiponektin, dan IL-6 pada Tikus Model Obesitas. *Majalah Kedokteran Bandung*, 49(1), 15–21. <https://doi.org/10.15395/mkb.v49n1.983>