

DAFTAR PUSTAKA

- Aizenstein, H, J, Reynolds, C, F. 2017. Exercise Effects on Depression: Possible Neural Mechanisms. *General Hospital Psychiatry*. Vol 49: 2-10.
- Almatsier, S. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andarina, R., T. Djauhari. 2017. Antioksidan dalam Dermatologi. *Jurnal Kedokteran Kesehatan* Vol 4, No 1, Januari 2017: 39-48.
- Asih, I, A, Sudiarta R. A, Suci, A, W. 2015. Aktivitas Antioksidan Senyawa Golongan Flavonoid Ekstrak Etanol Daging Buah Terong Belanda (*Solanum Betaceum Cav.*). *Jurnal Kimia*. Universitas Udayana. Vol 9 (1): 35-40.
- Bajpai, A, Verma A, K, Srivastava, M. 2014. Oxidative Stress and Major Depression. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. Vol 8 (12): CC04-CC07.
- Behrens, T, K, Harbour, V, Kim, H, Kitchens, C. 2008. Vigorous Physical Activity and Depressive Symptoms in College Students. *Journal of Physical Activity & Health*. Vol 5 (4): 516-526.
- Berk, M, Jacka F, N. 2012. Depression, Diet, and Exercise. *Medical Journal of Australia*. Vol 4; 21-23.
- Carlson, N.R. (2005). *Foundations of Physiological Psychology* 6th Edition. USA: Pearson Education Inc.
- Darmayanti, N. 2015. Meta Analisis: Gender dan Depresi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. Vol 35 (2): 164-180.
- Deddy Muchtadi. 2013. *Antioksidan dan Kiat Sehat di Usia Produktif*. Bandung: Alfabeta.

- Diferiansyah, O. 2015. Perbedaan Tingkat Gelisah antara Mahasiswa Kedokteran Tingkat pertama yang Tinggal Kost dan Bersama Orang Tua. *Jurnal Kedokteran*. Vol 4: 6.
- Deprtemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). 2008. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Depkes RI.
- Deprtemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). 2009. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Depkes RI.
- Deprtemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI). 2010. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Depkes RI.
- Dias, J, S. 2012. Nutritional Quality and Health Benefits of Vegetables: A Review. *Food and Nutrition Sciences*. Vol :, 1354-1374.
- Dirgayunita, A. 2016. Depresi: Ciri, Penyebab, dan Penanganannya. *Journal Annafs: Kajian dan Penelitian Psikologi*. Vol 1: 1.
- Durak, D, Suna, K, Fatma, G. U, Filiz, D, Yusuf, K. 2010. Mercury Chloride-induced Ostress in Human Erythrocytes and the Effect of Vitamins C and E *In Vitro*. *African Journal of Biotechnology*. Vol. 9 (4), pp. 488-495.
- Gautam, M, Agrawal, M, Sharma, P, Gautam A.S, Gautam, S. 2012. Role of antioxidants in generalised anxiety disorder and depression. *Indian Journal of Psychiatry*. Vol 54 (3): 244-247.
- Izyumov, D. S, Domnina, L. V, Nepryakhina, O. K. 2010. Mitochondria as Source of Reactive Oxygen Species under Oxidative Stress. Study with Novel Mitochondria Targeted Antioxidants – the “Skulachev_Ion” Derivatives. *Biochemistry (Moscow)*. Vol 75 (2):123– 129.
- Jaya, S. P, Natalia, D. W, Innawati, J. 2016. Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Depresi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. Jurnal Kedokteran Diponegoro Vol 5 : 4.

- Prabowo, 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik Mahasiswa Program Studi Kedokteran FKUB Tahun 2014-2016. *Thesis*. Malang: Universitas Brawijaya, Malang.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). 2011. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2011*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf.pdf. [Diakses: 20 April 2020].
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). 2018. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf.pdf. [Diakses: 20 April 2019].
- Kurnianto, D, P, 2015. Menjaga Kesehatan di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol 11: 2.
- Liu, T, S. Zhong, X. Liao, J. Chen, T. He, S. Lai, Y. Jia. 2015. A Meta-Analysis of Oxidative Stress Markers in Depression. *PLoS ONE*. 2015; 10 (10).
- Lobo, V, Patil, A, Pathak, A, Chandra, N. 2010. Free Radicals, Antioxidants and Functional Foods: Impact on Human Health. *Review Article. Pharmacognosy Review*, 8 (4): 118-126.
- Marcotte, D, Alain, M, Gosselin, M, J. 2002. Gender Differences in Adolescent Depression: Gender- Typed Characteristic or Problem Solving Skill Deficits? Sex Roles: *A Journal of Research*. Vol 41(1): 31- 43.
- Murray, R. K., Granner, D. K., & Rodwell, V. W. 2009. *Biokimia Harper*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2009 Ed. 27.
- Nst, Muhammad Solih, Emni P., Dapot Parulian G., Isti Ilmiati F. 2018. Pengaruh Penulisan Skripsi Terhadap Simtom Depresi dan Simtom Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan Tahun 2014. *Ibnu Sina Biomedika*, Volume 2, No.1, 80-90.

- Parwata, I Made O. A. 2016. Antioksidan. *Artikel Antioksidan*. Universitas Udayana.
- Pascatello LS, Arena R, Riebe D, Thompson PD. 2014. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Edisi ke 9. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Pascoe, M. 2018. Physical Activity and Exercise as a Universal Depression Prevention in Young People: A Narrative Review. *Early Intervention in Psychiatry*. Vol 13: 7.
- Puspitasari, A. 2015. Pengaruh Pemberian Kurkumin Terhadap Kadar MDA Darah Tepi Penderita Endometriosis. *Tugas Akhir*. Jakarta: Universitas Indonesia, Jakarta.
- Putra, I Putu Eka Pramana. 2016. Gambaran Tingkat Depresi Dan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2013 Universitas Warmadewa Denpasar, Bali. *Jurnal Medika*. ISSN: 2303-1395 E-JURNAL MEDIKA, Vol. 5 No 5.
- Rahayu, S, Kurniasih N, Amalia V. 2015. Ekstraksi dan Identifikasi Senyawa Flavonoid dari Limbah Kulit Bawang Merah sebagai Antioksidan Alami. *Artikel Kimia*. Vol 2: 1-7.
- Rahman, A. 2018. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan status Gizi pada Siswa-Siswi Kelas V SDN 018 Samarinda. *Karya Tulis Ilmiah*. Samarinda: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda.
- Ratnayani, K., Laksmiwati A, A, Septian, I, P. 2012. Kadar Total Senyawa Fenolat pada Madu Randu dan Madu Kelengkeng serta Uji Aktivitas Antiradikal Bebas dengan Metode Dpph (*difenilpicril hidrazil*). *Jurnal Kimia*. Vol 6:163-168.
- Rohmatussolihat. 2009. Antioksidan, Penyelamat Sel-sel Tubuh Manusia. *Jurnal Biotrends*. *BioTrends* Vol 4 (1).

- Rusiani, E, Junaidi, S. Subiyono, H, S, Sumartiningsih, S. 2019. Suplementasi Vitamin C dan E untuk Menurunkan Stres Oksidatif Setelah Melakukan Aktivitas Fisik Maksimal. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Vol 9: 2.
- Shafie, 2011. Hubungan Radikal Bebas dan Antioksidan Terhadap Penyakit Periodontal. *Skripsi*. Medan: Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Sumatra Utara, Medan.
- Sari, Novia. 2014. Status Gizi, Penyakit Kronis, Dan Konsumsi Obat Terhadap Kualitas Hidup Dimensi Kesehatan Fisik Lansia. *Artikel Ilmu Gizi Universitas Diponegoro*. Artikel Ilmu Gizi UNDIP Vol 3 : 1 (2014).
- Semiun, Yustinus. 2010. *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sen, S, Chakraborty, R. 2011. The Role of Antioxidants in Human Health. *ACS Symposium Series*. Vol 1083: 1-37.
- Shahidi, F and Zhong, Y. 2010. Novel Antioxidants in Food Quality Preservation and Health Promotion. *European Journal of Lipid Science and Technology*. 112, 930–940.
- Siti, N. 2009. Perbandingan Aktivitas Antioksidan Ekstrak Pisang Raja (Musa AAB 'Pisang Raja') dengan Vitamin A, Vitamin C dan Katekin melalui Perhitungan Bilangan Peroksida. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Sopiyudin, D. 2012, *Statistika untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika, Jakarta.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sulistyoningsih. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Supiyandi, A, Damar, B. C. 2018. Sistem Pakar Diagnosa Depresi Mahasiswa Akhir Dengan Metode *Certainty Factor* Berbasis *Mobile*. JURNAL INFORMATIKA, Vol.5 No.1 April 2018, pp. 102-111.
- Suzuki, K, Ma, S. 2019. Linking What We Eat to Our Mood: A Review of Diet, Dietary Antioxidants, and Depression. *Antioxidants*. Vol 8 (9): 376.
- Tacchi, M. J, Scott, Jan. 2017. *Depression*. United States of America: Oxford University. <https://books.google.co.id/books?id=sGfODQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=depression&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwiOvr7nqDkAhXJQI8KHed5Ar4Q6AEIZjAH#v=onepage&q=depression&f=false>. [Diakses: 19 April 2019].
- Thurai, SRT, Westa, W. 2017. Tingkat Depresi dalam Kalangan Mahasiswa Kedokteran Semester VII Universitas Udayana dan Keterlibatan Mereka dalam Kegiatan Fisik. Artikel. Intisari Sains Medis 2017, Volume 8, Number 2: 147-150.
- Triana, Vivi. 2006. Macam-macam Vitamin dan Fungsinya dalam Tubuh Manusia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol 1 : 1.
- Tylec, A, Jarzab, A, Stryjecka, Z.M, Wojcicka, A. 2007. Stress Oxidative in Schizophrenia. *Pol Merkur Lekarski*. Vol 133: 74-75.
- Werdhasari, A. 2014. Peran Antioksidan Bagi Kesehatan. *Biotek Medisiana Indonesia*. Jurnal Biotek Medisiana Indonesia Vol 3: 1 (2014).
- World Health Organization. 2010. *Physical Activity. In Guide to Community Preventive Service*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. [Diakses: 20 April 2020].
- World Health Organization. 2017. *Depression*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. [Diakses: 12 April 2019].

Xu, Y, Chuang, W, Jonathan, J. K, James, M. O. 2014. Novel Therapeutic Targets in Depression and Anxiety: Antioxidants as a Candidate Treatment. *Current Neuropharmacology* vol 12 (2) : 108-119.

Yogieaffandi. 2011. Depresi dan Aktivitas Fisik dalam Sampel Remaja Nigeria. *Jurnal Psikolog Nigeria*. Vol: 142-150.