

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I., Trisnadewi, N., Otaviani, N., Munthe, S., Hulu, V., Badiastutik, I., Fairidi, A., Ramdany, R., Fitriani, R., Tania, P., Rahmiati, B., Lusiana, S., & Susilawaty, A., Sianturi, E., dan S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 144.
- Adolphus, K., Lawton, C. L., & Dye, L. (2013). The effects of breakfast on behavior and academic performance in children and adolescents. *Human Neuroscience*, 7(August), 1–28. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00425>
- Aghadiati, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pola Menu Sarapan dan Kebiasaan Sarapan pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 10(2), 56–62. <https://doi.org/10.32695/jkt.v10i2.46>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Amrinanto, A. H., Dwinugraha, K. W., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Husada, B. (2022). *Gambaran kebiasaan sarapan dan status gizi pada mahasiswa kesehatan*. 2(1), 15–19.
- Anisa, A. F., Darozat, A., Aliyudin, A., Maharani, A., Fauzan, A. I., Fahmi, B. A., Budiarti, C., Ratnasari, D., N, D. F., & Hamim, E. A. (2017). Permasalahan Gizi Masyarakat dan Upaya Perbaikannya. *Gizi Masyarakat*, 40, 1–22.
- Aniyatul, B. (2019). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Durasi Tidur Dengan Kegemukan Pada Remaja Di SMP Islam Al-Azhar 29 Semarang. *Skripsi Universitas Islam Negeri Walisongo*, 8(5), 55.
- Annet, N., & Naranjo, J. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. In *Permenkes No. 41* (Vol. 85, Issue 1, pp. 2071–2079).
- Arraniri, M., Desmawati, D., & Aprilia, D. (2017). Hubungan Kebiasaan Sarapan dan Asupan Kalori dengan Persentase Lemak Tubuh pada Mahasiswa Prodi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2013-2015. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(2), 265. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i2.689>

- Arista, C. N., Gifari, N., Nuzrina, R., & Sitoayu, L. (2021). Perilaku Makan, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan Gizi dan Status Gizi Pada Remaja SMA Di Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1), 1–15.
- Asih, Gusti Yuli, Hardani Widhiastuti, R. D. (2018). *Stres Kerja*. Semarang University Press Jl.
- Auriol, B. H., & Biromo, A. R. (2021). *Ebers Papyrus Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019*. 27(2), 75–88.
- Ayuni, P. D., & Wahjuni, E. S. (2020). Perbandingan Status Gizi Antara Mahasiswa Angkatan 2016, 2017 Dan 2018 Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 08(02), 23–27. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnalpendidikanjasmani/issue/archive>
- Azwajum, M. (2022). Penilaian Status Gizi. *Eprints.Poltekkesjogja.ac.id*.
- Cahyani, A., Yulianto, F. A., & Irasanti, S. N. (2018). *Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Perubahan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Angkatan 2018*. 41–47.
- Chaput, J. P., Dutil, C., & Sampasa-Kanyinga, H. (2018). Sleeping hours: What is the ideal number and how does age impact this? *Nature and Science of Sleep*, 10, 421–430. <https://doi.org/10.2147/NSS.S163071>
- Daulay, N. S., & Akbar, S. (2021). Hubungan Durasi Tidur Dengan Imt (Indeks Massa Tubuh) Yang Dipengaruhi Oleh Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fk Uisu. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 10–16. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.64>
- Dwijayanti, R. I., Rohmawati, N., & Ningtyias, F. W. (2016). Gambaran Absenteisme Makan Pagi dan Status Gizi pada Mahasiswa di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jember Description of Breakfast Absenteisme and Nutritional Status of Student in the Faculty of Training and Education. *Artikel Ilmiah*.
- Edison, H., & Nainggolan, O. (2021). Hubungan Insomnia dengan Hipertensi. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 24(1), 46–56. <https://doi.org/10.22435/hsr.v24i1.3579>
- Eliza, N. A. A., & Amalia, N. (2022). Pengetahuan Insomnia pada Remaja Selama Covid 19. *Borneo Student Research*, 3(2), 1941–1946.

- Febriani, D. (2020). *Hubungan Body Image Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Pesantren Darul Aman Gombara Makassar*. 54
- Fernando, R., & Hidayat, R. (2020). *Hubungan lama penggunaan medsos dgn insomnia*. 4(23), 83–89.
- Hadisuyitno, J., Cerdasari, C., & Riyadi, B. D. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dan Pola Konsumsi Makan Mahasiswa Balanced Nutritional Knowledge Relationship And Students' Eat Consumption Patterns. *Jurnal Gizi Kh*, 2021(1), 28–32.
- Hasanah, Z., Berawi, K. N., & Wahyudo, R. (2017). Korelasi kebiasaan sarapan pagi dengan kontrol kadar glukosa pada pasien DM Tipe 2. *Medical Journal Of Lampung University*, 7(1), 152–157.
- Henny Syapitri, Amila, & juneris Aritonang. (2021). *Metodologi penelitian Kesehatan*. www.ahlimediapress.com
- Holil, Wiyono S, H. T. (2019). *Penilaian Status Gizi*. 13(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia), 104–116.
- Kemntrian Kesehatan RI, 2013. (2013). Expert Opinion on Investigational Drugs, 7(5),803–809. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesda/ketersediaan-data/riskesda-2013>
- Kemntrian Kesehatan RI, 2018. (2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, 1(1), 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
- Kemenkes. (2021). FactSheet Obesitas Kit Informasi Obesitas.pdf. *Epidemi Obesitas*, 1–8.
- Kustanti, C. Y., & Gori, M. (2019). Studi Kualitatif Perilaku Emotional Eating Mahasiswa Tingkat Iv Program Studi Sarjana Keperawatan Di Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*, 6(2), 88–98. <https://doi.org/10.35913/jk.v6i2.120>
- Larega, T. S. P. (2015). Effect Of Breakfast on the Level of Concentration in Adolescents. *J Majority*, 4(2), 115–121. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/535/536>
- Lumban Toruan, R., Christianto, E., & Masdar, H. (2020). Perbandingan Status Gizi Menurut Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Pengukuran Persentase Lemak Tubuh Menggunakan Dxa Scan Di Rumah Sakit X Pekanbaru. *Ijcnp*

(*Indonesian Journal of Clinical Nutrition Physician*), 3(1), 80–88.
<https://doi.org/10.54773/ijcnp.v3i1.37>

- Mayataqillah, F., Nugraheni, F., & Zulkarnain, O. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja SMA Negeri 1 Bintan Timur. *Jurnal Info Kesehatan* 2023, 13(1), 571–576.
- 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. *Jurnal Alfiat Kesehatan Dan Anak*, 7(1), 31–43. <https://uia.e-journal.id/afiat/article/view/2142>
- Muhammad, N. A. A. S. (2018). Penyakit Infeksi Dan Pola Makan Dengan Kejadian Status Gizi Kurang Berdasarkan Bb/U Pada Balita Usia 6-24 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Sepenggal. *Kementerian PPN/Bappenas*, 7(1), 66.
- Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183. <https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815>
- Ngizan, F. N. (2022). Hubungan Gaya Hidup “Nongkrong”, Aktivitas Sedentary, Dan Konsumsi Minuman Manis Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa. In *sipora Polije* (Vol. 33, Issue 1).
- Nimas Eka Firdaningrum. (2020). *Hubungan Antara Durasi Tidur Dengan Asupan Makan, Aktivitas Fisik Dan Kejadian Obestas Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Vol. 21, Issue 1).
- Nisrina, Fahdhienie, F., & Rahmadhaniah. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik, Umur dan Jenis Kelamin Terhadap Obesitas PekerjaKantor Bupati Aceh Besar. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(5), 746–752. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30.
- Pakan, L. S. (2021). Hubungan Gangguan Tidur Dengan Prestasi Belajar Murid Kelas X-XII Di SMA Katolik Rajawali Makassar Tahun 2021. *Universitas Hasanudin Makassar*, 1–40.
- Permatasari, T., Sandy, Y. D., Pratiwi, C., Damanik, K. Y., Rukmana, E., & Silitonga, A. I. (2022). Kebiasaan Sarapan, Asupan Zat Gizi Makro dan

Status Gizi pada Remaja di Kota Medan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1707–1715.

Priyoto. (2014). *Konsep manajemen stress*. Nuha Medika.

Putri, P. A. (2021). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Kalori dan Kopi, Durasi Tidur, dan Tingkat Stres dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Media Gizi Kesmas*, 11(02), 464–474.

Rah, J. H., Melse-Boonstra, A., Agustina, R., van Zutphen, K. G., & Kraemer, K. (2021). The Triple Burden of Malnutrition Among Adolescents in Indonesia. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1_suppl), S4–S8. <https://doi.org/10.1177/03795721211007114>

Rahma, A. S., & Kes, M. (2017). Tingkat Pengetahuan Dan Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebiasaan Sarapan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar Tahun 2017. In *Thesis UIN Alauddin Makassar*.

Rahma Reza, R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan Sleep Function in Health Management. *Medical Journal Of Lampung University*, 8(2), 247–253.

Rizki, A., Rahmayanti, S., & Kuningan, U. I. A. (2023). A Detailed Study of Different Stages of Sleep and Its Disorders-Medical Physics. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 35–44.

Rosida, H. (2018). Hubungan Kebiasaan Sarapan, Tingkat Kecukupan Energi Dan Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Siswa Pondok Pesantren Al-Fattah Buduran, Sidoarjo. *Media Gizi Indonesia*, 12(2), 116. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i2.116-122>

Rosyidatul Mufidah, R. D. S. (2021). PROGRAM STUDI GIZI UNESA Rosyidatul Mufidah Rahayu Dewi Soeyono Abstrak. *Jurnal Gizi Universitas Surabaya*, 01(01), 60–64.

Santhi, M., & Mukunthan, A. (2013). A Detailed Study of Different Stages of Sleep and Its Disorders-Medical Physics. *International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology (An ISO)*, 2(10), 5205. www.ijirset.com

Selye, H. (1974). *Stress without distress* (5. print.). Philadelphia, Lippincott.

Shahid, A., Wilkinson, K., Marcu, S., & Shapiro, C. M. (2012). *STOP, THAT and one hundred other sleep scales*. 1–406. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9893-4>

- Sherwood, L. (2009). *Human physiology : from cells to systems*. Canada : Books.
- Siregar, E. (2019). The Influence of LifeStyle on Employee Nutritional Status of Health Polytechnic Directorate Health Ministry Medan. *Journal of Pharmaceutical and Sciences (JPS)* , 2(2), 29–35.
- Siti Rahmawati. (2020). Dampak Psikologis Pengaturan Makan Bagi Kesehatan. *Eprint Aui*.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Elsevier.
- Swari, K. G. Y., Mulyantari, N. K., & Yasa, I. W. P. S. (2022). Hubungan Melewatkan Sarapan terhadap Kejadian Overweight dan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Medika Udayana*, 11(3), 116–121. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- United Nations Children's Fund. (2019). *Analisis lanskap kelebihan berat badan dan obesitas di indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/analisis-lanskap-kelebihan-berat-badan-dan-obesitas-di-indonesia>
- Widiantini, W., & Tafal, Z. (2014). Aktivitas Fisik, Stres, dan Obesitas pada Pegawai Negeri Sipil. *Kesmas: National Public Health Journal*, 4, 325. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v0i0.374>
- 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. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i1.23807>
- World Health Organization. (2021). *Obesity and overweight*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Yuhasnara, S. M., & Muslihah, N. (2024). *Tingkat Stres Akademik Dan Risiko Eating Disorder Pada Mahasiswa Gizi Tingkat Akhir Universitas Brawijaya : A Crosssectional Study*. 13, 188–195.
- Yuniarsih, D. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Sarapan Terhadap Prestasi Belajar Siswa di SMA Negeri 12 Kota Bekasi. *Jurnal Health Sains*, 2(11), 1448–1459. *Yusni_jurnal4.pdf*. (n.d.).
- Zebua, H. A. (2021). *Skripsi Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stikes Santa Elisabeth Medan*.