

DAFTAR PUSTAKA

- Agustriana, F., Nurhayati, E., Salim, M., & Djohan, H. (2025). Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Lanjut Usia (Lansia) di Puskesmas Kota Pontianak. *Jurnal Labolatorium Khatulistiwa*, 8(2), 257–262.
- Alvarez, C. V. (2021). Adaptation and validation of content of the sedentary behavior questionnaire. *ResearchGate*, 26(1), 141–155. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2021.26.1.12>
- Ambarita, D. D. L., Prabawati, D., & Hidayah, A. J. (2022). Hubungan Gaya Hidup Sedentary Terhadap Kejadian Tinggi Prediabetes di Wilayah Kerja Puskesmas Johar Baru. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 17(1), 1–5. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v17i1.146>
- American Diabetes Association. (2025). 2. Diagnosis and Classification of Diabetes: Standards of Care in Diabetes—2025. *Diabetes Care*, 48(January), S27–S49. <https://doi.org/10.2337/dc25-S002>
- Andhini, R. (2023). *Hubungan Melewatkan Sarapan Dan Konsumsi Junk Food Dengan Status Gizi Lebih Mada Mahasiwa (Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember)*.
- Berliana, P., & Rustiawan, A. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Usia Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman 1 Kota Yogyakarta Tahun 2023*.
- Bura, M. A. C., & Grace, P. A. (2022). the Relationship Between Sedentary Lifestyle and Blood Glucose Levels in Nursing Students. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 7(2), 128–132.
- Cantika, A. P., Yuvi, A., Handika, B., Nugroho, T., & Handayani, D. T. (2024). Pengaruh Pola Hidup Mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni UNNES terhadap Risiko Diabetes Melitus. *Jurnal Analis*, 3(2), 206–221.
- Chandel, N. S. (2021). *Carbohydrate Metabolism*. 1–15. <https://doi.org/10.1101/cshperspect.a040568>
- Chriswinda, A., Mare, B., & Prasetiani, A. G. (2022). The Relationship Between Sedentary Lifestyle And Blood Glucose Levels In Nursing Students. *Jurnal KeperawatanSuaka Insan (JKSI)*, 7(2), 128–132.
- Dimitriadis, G. D., Maratou, E., Kountouri, A., & Board, M. (2021). Regulation of Postabsorptive and Postprandial Glucose Metabolism by Insulin-Dependent and Insulin-Independent Mechanisms: An Integrative Approach. *Nutrients*, 13, 159.
- Etika, A. N., Lufiana, Y., Agnes, N., Yunalia, E. M., & Septiya, I. (2024). *Dampak Akun Media Sosial terhadap Perilaku Sedentary pada Mahasiswa Kesehatan*. 6(2), 76–85. <https://doi.org/10.14710/hnhs.6.2.2023.76-85>

- Febiola, T. E., Restusari, L., Marlina, Y., Gizi, J., Kesehatan, P., & Riau, K. (2022). Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Gizi Poltekkes Kemenkes Riau. *Jurnal Gizi*, 2(1), 40–48.
- Fitri, S. U. R., Khoirunnisa, K., Hernawaty, T., & Harun, H. (2023). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Pencegahan dan Pengenalan Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular (PTM). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(7), 2636–2647. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i7.9835>
- Gesang, K., & Abdullah, A. (2019). *Biokimia Karbohidrat Dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan*.
- Gorin, T. (2024). *Hubungan Konsumsi Sugar-Sweetened Beverages, Serat Pangan, dan Aktivitas Sedentary dengan Kadar GDP pada Penderita DM Tipe 2*. 43. <https://sipora.polije.ac.id/id/eprint/32458>
- Hasanah, S. S. (2024). *Hubungan Eating Behavior dan Sedentary Lifestyle dengan Status Gizi Lebih pada Remaja Fase Awal The Relationship between Eating Behavior and Sedentary Lifestyle with Overweight in Early Adolescents*. 116–124.
- Hasdipa, M., & Maigoda, T. C. (2024). *Hubungan asupan karbohidrat , serat dan aktifitas fisik dengan kadar glukosa darah puasa pada wanita dewasa dengan obesitas The correlation of carbohydrate intake , fiber and physical activity with fasting blood glucose levels in adult women with obesity The Journal of Nutrition and Health Insights*. 1(2), 98–104.
- Indonesia, M. K. R. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*.
- International Diabetes Federation. (2025). International Diabetes Federation. In *System of Ghosts*. <https://doi.org/10.2307/j.ctt20q1s9h.4>
- Iqbal, N. (2023). *Sedentari Anak Usia Remaja Pada Masa Sedentari Anak Usia Remaja Pada Masa*.
- Ishan, L. (2021). *Hubungan Perilaku Sedenter Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Perempuan Remaja Akhir*. 3(5), 6.
- Jakubowicz, D., Rosenblum, R. C., Wainstein, J., & Twito, O. (2023). Influence of Fasting until Noon (Extended Postabsorptive State) on Clock Gene mRNA Expression and Regulation of Body Weight and Glucose Metabolism. *International Journal of Molecular Sciences*, 24, 7154.
- Kamali, N., & Febriyona, R. (2025). *Pengaruh Rebusan Daun Kersen Terhadap Penurunan kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetesmelitus Tipe 2 Di Kelurahan Hutuo Kabupaten Gorontalo*. 10(1).
- Kaunang, H. C. P., & Wangko, S. (2010). Glut4 Jaringan Adiposa Fungsi dan Disfungsi. *Jurnal Biomedik*, 2(3), 140–147.

- Ketaren, M., Siburian, M., Arrafi, M., Nasution, H., & Manalu, N. (2025). Hubungan Pola Hidup Sedenter Dengan Penurunan Kebugaran Jasmani Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 111–119.
- Khairunnisa, A., Lipoeto, N. I., Fasrini, U. U., & Manela, C. (2022). Korelasi Konsumsi Makronutrien dengan Kadar Gula Darah Puasa pada Penderita Obesitas Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 5(3), 261–267.
- Khairunnisa, K., Burhayati, A., & Patriasih, R. (2024). Analisis Asupan Dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro Pada Siswa SMK R . A Kartini Bandung. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi (JAKAGI)*, 5(1), 35–46.
- Leal, X., Gil, J., Rodriguez, F., Moiron, D., & Chillon, P. (2025). Young adult stage : Exploring clustered behaviours and their impact on the health of university students. *Acta Psychologica*, 261(October), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105687>
- Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Mahasiswa, M. P., & Safitri, R. D. (2023). *Hubungan antara asupan zat gizi makro, status gizi, dan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa politeknik negeri jember*.
- Mahmud, A. N., Sabri, R., & Malini, H. (2025). *Hubungan Perilaku Sedentari Dengan Kejadian Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Pada Pegawai Instansi Pemerintahan Di Kota Bukittinggi*. 9, 7365–7371.
- Mccullough, D., Harrison, T., Boddy, L. M., Enright, K. J., Amirabdollahian, F., Schmidt, M. A., Doenges, K., Quinn, K., Reisdorph, N., Mazidi, M., Lane, K. E., Stewart, C. E., & Davies, I. G. (2022). *The Effect of Dietary Carbohydrate and Fat Manipulation on the Metabolome and Markers of Glucose and Insulin Metabolism : A Randomised Parallel Trial*. 14, 3961.
- Mishra, C., Mali, B., & Kukadiya, R. (2025). Assessment of Fasting Blood Glucose and HbA1c in Sedentary versus Physically Active Young Adults. *The Journal of Heart Valve Disease*, 30(5), 5–8.
- Mutiah, C. (2025). *Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kadar Gula Darah pada Mahasiswa Program Studi Kebidanan Langsa Poltekkes Kemenkes Aceh*. 4, 25–34.
- Nasution, S. A. (2025). *Hubungan Sedentary Lifestyle Dengan Keluhan Muskuloskeletal Dan Kadar Gula Darah Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammad Sumatera Utara*.
- Paborong, R., Bandhaso, M. L., & Rasinan, D. (2025). *Pengaruh Kesejahteraan Karyawan Terhadap Semangat Kerja Karyawan Pada Credit Union Suan Sibarrung Tana Toraja*. 14(01), 230–236.
- Panjaitan, R. S., Purwati, Rabima, Zuraida, Fatoni, A. R., Qoonitah, S., Octaviani, E., Sari, D. N., Rahmadani, R., Asha, Sari, D. S., Vressa, A., Dewanty, J.,

- Farida, H., & Jarwati, R. D. (2023). Penyuluhan Mengenai Hipoglikemia Dan Penanganannya Secara Daring. *Kami Mengabdikan*, 3(1). <https://doi.org/10.52447/km.v3i1.6771>
- Paransa, M., Kaligis, S., & Purwanto, D. (2023). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Sam Ratulangi*. 5(3), 1353–1363.
- Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). (2024). Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia Tahun 2024. In *Pb Perkeni*.
- Perkeni. (2024). *Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia 2024 Perkumpulan Endokrinologi Indonesia*. 1–126.
- Permatasari, niken dwi. (2023). *Asupan Energi , Zat Gizi Makro , Serat , Aktivitas Diploma III*.
- PERMENKES. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. 373426.
- Petrus, P., Suwarni, S., & Haerani, W. O. (2023). Relationship of Carbohydrate Intake and Physical Activity with Fasting Blood Glucose Levels of Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(3), e1047.
- Prastiwi, M. (2021). *Gambaran Pengetahuan Hiperglikemia dan Hipoglikemia pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Karangpandan*.
- Prayoga, T. S. (2024). *Korelasi Rank-Spearman pada Hubungan Beberapa Variabel Produk Domestik Regional Bruto*. 4, 137–144.
- Puspitasari, N. D. (2023). *Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Serat, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Murid SMAN 22 Jakarta*.
- Rahma, S., Lukman, M., & Witdiawati. (2025). *Studi Deskriptif: Sedentary Lifestyle pada Remaja di Era Digital*. 7, 1951–1963. <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i5.19890>
- Rahmawati, N., Maharani, S., & Farras, R. (2022). *Promosi Kesehatan Rumah Sakit Penyuluhan Tentang “Indonesia Sehat Tanpa Diabetes.”* 3(4), 1–6.
- Rambolangi, V. R. W., Kalesaran, A. F. C., & Mantjoro, E. M. (2025). *Hubungan Antara Sedentary Lifestyle Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi : Studi Kasus Kontrol*. 9(2), 5421–5429.
- Rocha, S., Santos, I., Corvo, M., Fernandes, E., & Marisa, F. (2025). The potential effect of polyphenols in emerging pharmacological liver targets for glucose regulation and insulin resistance: a review. *Food & Function*, 16, 5231–5277. <https://doi.org/10.1039/d4fo06329e>

- Rohmatulloh, V. R., Pardjianto, B., & Kinasih, L. S. (2024). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Angka Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan 4 Kriteria Diagnosis Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Karsa Husada Kota Batu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 2528–2543.
- Rohmawati, N., Rachmawati, S. ., & Antika, R. . (2023). Buku Ajar Penilaian Konsumsi Pangan. *Universitas Jember*, 1–30.
- Rorong, G., Kalihis, S., & Purwanto, D. (2013). Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011 Dengan Indeks Massa Tubuh ≥ 23 kg/m². *Jurnal E-Biomedik*, 1(1), 300–304.
- Rosenberg, D. E., Norman, G. J., Wagner, N., Patrick, K., Calfas, K. J., & Sallis, J. F. (2010). Reliability and Validity of the Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ) for Adults. *Journal of Physical Activity and Health*, 7, 697–705.
- Rusdi, M. S. (2020). Hipoglikemia pada Pasien Diabetes Melitus. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 2(2), 83–90.
- Saefullah, A. (2024). Statistik untuk Penelitian. *Pusat Penerbit STIE Ganesha*, xiii-310 hlm. <https://adoc.pub/statistik-untuk-penelitian.html>
- Sansano-nadal, O., Wilson, J. J., Martín-borràs, C., Christian, J., Klenk, J., Rothenbacher, D., Guerra-balic, M., Font-farré, M., Denking, M., Coll-planas, L., Deidda, M., McIntosh, E., Giné-garriga, M., Tully, M. A., Wilson, J. J., Martín-borràs, C., & Christian, J. (2021). Validity of the Sedentary Behavior Questionnaire in European Older Adults Using English , Spanish , German and Danish Versions. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 00(00), 1–14. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2021.1922910>
- Santoso, A., Estra, E., Pratama, A., & Amertha, A. (2025). *Pemeriksaan Gula Darah Puasa Sebagai Upaya Identifikasi Diabetes Melitus Tipe Ii Pada Populasi Dewasa Di Tanjung Duren Selatan*. 5(2), 420–426.
- Sari, Ni Luh P., C., K., Wiardani, N. K., & Sugiani, Pande P., S. (2024). Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Penebel II Kabupaten Tabanan. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 13(3), 181–196.
- Sartika, W., Dt, N. I., Nurman, Z., Hasneli, & Yuniritha, E. (2024). Hubungan Asupan Karbohidrat, Indeks DanBeban Glikemik Dengan Kadar Glukosa DarahPenderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di WilayahPuskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2023. *Jurnal Gizi Mandiri*, 1(2), 26–39.
- Seni, W., Asyik, N., & Faradilla, R. (2024). Analisis Perbedaan Asupan Gizi Pada Mahasiswa Universtas Halu Oleo Berdasarkan Tempat Tinggalnya (Indekos Dan Tinggal Dirumah). *Jurnal Riset Pangan*, 2(3), 290–303.
- Senjaya, S., Sriati, A., & Maulana, I. (2022). *Dukungan Keluarga Pada Odha Yang*

Sudah Open Status Di Kabupaten Garut. 2(3), 1003–1010.

- Shen, F., & Sergi, C. (2020). Biochemistry, Amino Acid Synthesis and Degradation Carbohydrate. In *StatPearls*.
- Simamora, A. (2025). *Hubungan Perilaku Sedentary Work Dengan Kadar Gula Darah Pada Pekerja Kantor X , Y , Dan Z Di Kota Palembang Dengan Kadar Gula Darah Pada Pekerja Kantor X, Y, Dan Z Di Kota Palembang.*
- Sindi, E., Nurizki, F., Indah, E., & Nur, Y. (2024). *Gambaran Indeks Glikemik Dan Beban Glikemik Bahan Makanan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2.* 3(2), 52–56.
- Siregar, D. A. (2023). *Hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas pijorkoling kota padangsidempuan.*
- Solehudin, & Syabanasyah, I. (2025). Pengaruh Usia, Berat Badan, Tinggi Badan Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Gula Darah Sewaktu. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(3).
- Sri Meutya, & Mumtaz Alvira. (2024). Article Overview : Prediabetes. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 210–217. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i3.1293>
- Suatika, K., Rudijanto, A., & Rosandi, R. (2022). *Pedoman Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Individu Dewasa di Bulan Ramadan.*
- Sunani, & Hendriani, R. (2023). *Indeks Glikemik (IG) Dan Beban Glikemik (BG) Sebagai Faktor Resiko Diabetes Mellitus Tipe Ii Pada Pangan Sumber Karbohidrat.* 21, 116–123.
- Susilawati, S., Novrinda, H., Ayu, A., Putra, A., Masyarakat, P. K., Tinggi, S., Kesehatan, I., Magister, P., Gigi, K., Kedokteran, F., & Universitas, G. (2024). *Determinan Yang Berhubungan Dengan Status Kadar Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Kecamatan Jayanti Kabupaten Tangerang Tahun 2023.* 9.
- Tantri, A., Wati, D., Junita, D., & Nurhayati, A. (2024). Hubungan Tingkat Asupan Zat Gizi Makro, Indeks Glikemik, Beban Glikemik Dengan Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Riset Gizi*, 12(2), 240–249.
- Thorell, A., Hirshman, M. F., Nygren, J., Jorfeldt, L., Wojtaszewski, J. F. P., Dufresne, S. D., Horton, E. S., Ljungqvist, O., Goodyear, L. J., Hirshman, M. F., Nygren, J., Jorfeldt, L., Wojtaszewski, J. F. P., Scott, D., Horton, E. S., Ljungqvist, O., & Exercise, L. J. G. (2026). Exercise and insulin cause GLUT-4 translocation in human skeletal muscle. *Journal Physiology*, 48, 733–741.
- Torano, F. M., & Fitrianita, I. (2025). *Hubungan Sedentary Lifestyle Dengan Index Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa Penjaskesrek Universitas Cenderawasih.* 3(4), 6000–6004.

- Tri, A., Solehudin, S., & Lanasari, L. (2024). Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gula Darah Pada Penderita Diabetes Meilitus Tipe 2 Di RSUD Cempaka Putih. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 72–89. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i2.289>
- Utomo, D., Khasanah, D. U., Himawan, F., & Suparjo, S. (2021). Uji Sensitivitas dan Spesifitas Gula Darah Puasa Kapiler Sebagai Prediktor Prediabetes. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 275. <https://doi.org/10.33757/jik.v5i2.441>
- Vargas, E., Podder, V., & Sepulveda, M. (2026). *Physiology , Glucose Transporter Type 4*.
- Wahyuni, L. (2025). *Hubungan Karakteristik Petani dengan Pengeluaran Konsumsi Pangan Rumah Tangga Petani di Sekitar Perkebunan Kelapa Sawit*. 14(1), 45–55.
- Wahyuningtyas, P., Rakhma, L. R., & Mardiyati, N. L. (2024). Hubungan Asupan Karbohidrat dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Ranah Research*, 7(1), 207–219.
- Windewani, C. I., & Pitoy, F. F. (2026). Nilai Kadar Gula Darah Puasa berdasarkan Jenis Kelamin pada Masyarakat. *Journal Nutrix*, 10(1), 176–182.
- Yunianto, A. E., Lusiana, S. A., & Triatmaja, N. T. (2021). Ilmu Dasar Gizi. In *Ilmu Dasar Gizi*.
- Yusuf, B., Nfisah, S., & Nuril, N. (2023). Literatur Review : Gula Darah Puasa Pada Penyakit Diabetes Melitus. *Jurnal Farmasi Medica/Pharmacy Medical Journal (PMJ)*, 6(1), 28–33. <https://doi.org/10.35799/pmj.v6i1.47617>