

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, W., Lestari, R. M., & Prasida, D. W. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Marina Permai Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 1-8.
- Aman M, A. M. (2021). *Panduan pengelolaan dislipidemia di indonesia*. PB PERKENI.
- Avrialdo, M., & Elon, Y. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Mahasiswa Overweight dan Obesitas Menurut Indeks Massa Tubuh. *Nutrix*.
- Ayunda, R. D., & Malita, S. (2024). Pemanfaatan Senyawa Flavonoid sebagai Antioksidan pada Penderita Hiperkolesterolemia: Studi Literatur. *Unram Medical Journal*, 13(3), 177–187. <https://doi.org/10.29303/jk.v13i3.5388>
- Azzalia, D. C., Amalia, A. A., & Mu'awanah, I. A. (2025). Korelasi tingkat stress Akademik dengan kadar kolesterol total mahasiswa TLM tingkat akhir Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Insan Cendekia*, 96-233.
- Bachtiar, N. S., Isdiany, N., Hapsari, A. I., & Moviana, Y. (2024). Pemberian Jus Stroberi Dan Edukasi Dapat Menurunkan Kadar Kolesterol Total Penderita Hiperkolesterolemia. *Jurnal Gizi Dan Dietetik*, 3(1), 21–33. <https://doi.org/10.34011/jgd.v3i1.2182>
- Bernarda, C. C., Hermawan, D., Subandono, J., & Putranto, R. P. A. (2023). Pengaruh ekstrak buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) terhadap kadar LDL pada tikus Wistar model sindrom metabolik. *Plexus Medical Journal*, 2(5), 206–216.
- Choi, M., Baek, J., Yun, J. M., Hong, Y. S., & Park, E. (2025). Comparative Bioavailability of Vitamin C After Short-Term Consumption of Raw Fruits and Vegetables and Their Juices: A Randomized Crossover Study. *Nutrients*, 17(21). <https://doi.org/10.3390/nu17213331>
- Ciumărnean, L., Milaciu, M. V., Runcan, O., Vesa, S. C., Răchisan, A. L., Negrean, V., Perné, M. G., Donca, V. I., Alexescu, T. G., Para, I., & Dogaru, G. (2020). The effects of flavonoids in cardiovascular diseases. In *Molecules* (Vol. 25, Number 18). MDPI AG.
- Damayanti, D. (2016). Perbandingan pemeriksaan kadar kolesterol LDL metode langsung (direct) dan tidak langsung (indirect). *Jurnal Analis Kesehatan*
- Diniyah, N., Nafi', A., Leseni, N. K., & Dwiyantri, I. N. (2022). Pemberdayaan Kelompok Petani Buah Naga Melalui Aneka Produk Olahan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(2), 1328. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i2.7203>

- Eliana, A., & Mustikaningrum, F. (2023). *Pengaruh Pemberian Beras Analog Umbi Gembili (Dioscorea Esculenta) terhadap Kadar Kolesterol Total pada Tikus Diabetes Melitus Tipe 2*.
- Emily Slade, M. R. (2021). Age and sex are associated with the Plasma lipidome: finding from the GOLDN study. *Lipids in Health and Disease*.
- Herna Radinawati, S., & Wahyuningsih, S. A. (2022). Pengaruh Pemberian Buah Naga Merah (Hylocereus Polyrhizus) terhadap Kadar Ldl dan Hdl Pada Mahasiswi Obesitas The Effect of Giving Red Dragon Fruit (Hylocereus Polyrhizus) on LDL and HDL Levels in Obese College Students. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 17(3), 141–150.
- Indonesia, K. K. (2025). *Kategori Usia Dewasa*.
- Jim, E. (2013). Metabolisme Lipoprotein. *Biomedik*, 149-156.
- Junyin, Liang, J., Xue, Z., Meng, X., & Jia, L. (2025). Effect of dietary anthocyanins on the risk factors related to metabolic syndrome: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 20(2 February).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Timur: Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman gizi seimbang*. Kementrian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Kurang Aktivitas Fisik Sebabkan Obesitas*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementrian Kesehatan RI. (2025). *Kategori Dewasa*.
- Lin, X., & Li, H. (2021). Obesity: Epidemiology, Pathophysiology, and Therapeutics. In *Frontiers in Endocrinology* (Vol. 12). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.706978>
- Mamonto, M., Sumampouw, J. E., & Walalangi, R. G. M. (2022). Kadar Low Density Lipoprotein (LDL) Dalam Darah pada Mahasiswa Poltekkes Manado Dengan Kondisi Obesitas. *Indonesian Journal of Medical Laboratory Technology*, 1(2), 51–56.

- Maulidina, P. A., Ketut, N., Sulendri, S., Sofiyatin, R., & Wahyuningsih, R. (2022). Pengaruh Pemberian Juice Campuran Buah Naga (*Hylocereus Polyrhizus*) dan Sari Kedelai (*Glycine Max*) terhadap Kadar Kolesterol pada Pasien Hiperkolesterolemia Rawat Jalan. In *Student Journal of Nutrition* (Vol. 1, Number 1).
- Muhardi, W. R. (2025). *Metode Penelitian: Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Ekuitas Publisher.
- Murniasih, E. (2010). *Mengenal Obesitas* (Ria N, Ed.). Multi Kreasi Satudelapan.
- Nisrina, Fahdhienie, F., & Rahmadhaniah. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik, Umur dan Jenis Kelamin Terhadap Obesitas Pekerja Kantor Bupati Aceh Besar. *Jurnal Promotif Preventif*, 756-752.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, A. (2017). *Buku ajar Teknologi Bahan Alam*.
- Nurhidayati, N., Irawan Irlina, & Sudikno. (2022). Hubungan Obesitas Dengan Profil Lipid Pada Remaja Di Indonesia (Relationship Between Obesity And Lipids Profile In Adolescents In Indonesia). *Penel Gizi Makan*, 35–46.
- Panjaitan, J. O., Banjarnahor, R. O., & Pasaribu, K. F. (2025). Aktifitas Fisik dan Resiko Obesitas pada Usia Dewasa. *Kesehatan dan Olahraga*.
- Rahadian, fairy, Wahyuningsih, U., & Simanungkalit, S. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. *Jurnal Amerta Nutrition*, 8(3SP), 24–34. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.24-34>
- Rahmawati, T. D., & Inayah, Z. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik, Jenis Kelamin, dan Umur Terhadap Obesitas pada Pekerja di Perusahaan Pembangkit Listrik. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 47-51.
- Rizkirani, A., Dwinugraha, K. W., & Martini, R. (2025). Risiko Metabolik Tersembunyi Pada Usia Dewasa Muda: Analisis Obesitas, Prediabetes, dan Hiperkolesterolemia. *Sosial Terapan*.
- Sastroasmoro, S., & Ismail, S. (2008). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi Ke-3*. Jakarta.
- Siregar, S. R., & Boy, E. (2022). Faktor Risiko pada Pasien Dislipidemia. *Implementa Husada*.
- SPSS Indonesia. (2024). *Tutorial Olah Data Statistik dengan SPSS*.

- Suleha, A., Murfat, Z., Gayatri, S. W., & Karim, A. M. (2023). Profil Kolesterol LDL Penderita Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di RUMAH SAKIT IBNU SINA YW-UMI MAKASSAR. *Walafiat Hospital*, 89-97.
- Subardin, M., Faradila, RH. F., & Rejeki, S. (2023). Pengaruh lama pasteurisasi terhadap umur simpan jus apel (*Malus domestica*) dan wortel (*Daucus carota*) sebagai minuman untuk penderita tekanan darah tinggi. *Jurnal Riset Pangan*, 1, 3026–7226.
- Sumarni, Anonim, T., & Supriyo. (2023). *Gambaran Profil Lipid (Hdl, Ldl, Kolesterol Dan Triglisericid) Pada Orang Dengan Status Gizi Berlebih*. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/LIK>
- Syadidurrahmah, F. (2021). *Hubungan Karakteristik Individu dan Gaya Hidup dengan Profil Lipid Darah pada Orang Dewasa di Indonesia (Analisis Data Riskesdas)*. Jakarta.
- Utami, C. R., & Fauziah, S. H. (2024). Pengaruh Penambahan Ekstrak Lemon (*Citrus limon*) terhadap Karakteristik Minuman Bunga Telang (*Clitoria ternatea*). *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 3(5), 553–566. <https://doi.org/10.55123/insologi.v3i5.4209>
- Wang, D., Yang, X., Chen, Y., Gong, K., Yu, M., Gao, Y., Wu, X., Hu, H., Liao, C., Han, J., & Duan, Y. (2020). Ascorbic acid enhances low-density lipoprotein receptor expression by suppressing proprotein convertase subtilisin/ kexin 9 expression. *Journal of Biological Chemistry*, 295(47), 15870–15882. <https://doi.org/10.1074/jbc.RA120.015623>
- Winarto, F., & Endah Werdiharini, A. (2022). Hubungan Konsumsi Junk Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa Di Politeknik Negeri Jember. *Harena: Jurnal Gizi*, 4(1).
- Winarsih, S. (2019). *Mengenai dan Membudidayakan Buah Naga* (Winarti Yuni, Ed.). Cv Aneka Ilmu.
- Wiratmoko, Y. (2017). *Aneka Jus Buah Menyegarkan dan Menyehatkan*. Celine Anugrah Media.
- World Health Organization (WHO). (2016). Obesity and overweight. World Health Organization.
- Yamada, T., Yamamoto, Y., Toragai, R., Watanabe, Y., & Kuroshima, T. (2026). Association of sleep duration and quality with small dense low-density lipoprotein cholesterol. *Journal Of Clinical Lipidology*, 578-586.
- Yastutik, I. Y., & Aminati, F. R. (2022). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (*Hylocereus Polyrhizus*) Dan Edukasi Terhadap Kadar Kolesterol Pada

- Bidan Dengan Pre-Hiperkolesterolemia Di Puskesmas Tanggulangin Sidoarjo. *Journal of Nursing & Health*, 7, 220–231.
- Yuningrum, H., Rahmuniyati, M. E., & Lende, T. D. (2022). Konsumsi Gorengan dan Asupan Kolesterol Berhubungan Dengan Kejadian Hiperkolesterolemia Pada Mahasiswa. *Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 98-108.
- Zaki, I., Sulistyaning, A. R., Sari, H. P., Putri, W. A. K., & Munawar, F. F. (2024). Comparison of the effectiveness of mango, orange, and dragon fruit juice on low-density lipoprotein (studies on hypercholesterolemia Sprague Dawley rats). *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 698–706
- Zuhroiyyah, S. F., Sukandar, H., & Sastradimaja, S. B. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total, Kolesterol Low Density Lipoprotein, dan Kolesterol High-Density Lipoprotein pada Masyarakat Jatinangor. *JSK*.