

DAFTAR PUSTAKA

- Afriza, R., & Puteri, S. H. (2025). *Buku Ajar Survei Konsumsi Pangan* (M. Ilham, A. Faisal, & I. Zumarano, Eds.; 1st ed.).
- Ahnia, S., Ratnasari, D., Wahyani, A. D., Studi, P., Gizi, I., & Kesehatan, I. (2022). Hubungan Asupan Makan, Aktivitas Fisik, Dan Status Gizi Dengan Kadar Kolesterol darah Pra Lnesia dan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Losari. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 4(01), 36–44.
- Almatsier, S. (2019). *Prinsip dasar ilmu gizi*.
- Andi, M. A. D. M. (2021). *PENGELOLAAN DISLIPIDEMIA DI INDONESIA (PERKENI)*.
- Ardiana, Meity. , A. (2021). *Buku Ajar Rehabilitasi Jantung pada Populasi Khusus*. 19–0.
- Ardiyan, N., Pratiwi, W., Dewi Noviyanti, R., & Marfuah, D. (2022). *The Relationship Between Fiber Intake And Physical Activity With Cholesterol Levels In Coronary Heart Disease Patients*.
- Badriyah, L. (2021). *Artikel Penelitian Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktifitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total*.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371–379.
- Chen, J., Luo, Q., Su, Y., Wang, J., Fang, Z., & Luo, F. (2024). Effects of physical activity on the levels of remnant cholesterol: A population-based study. *Journal of Cellular and Molecular Medicine*, 28(3).
- Clarasinta, C., Angraini, D. I., & Musyabiq, S. (2020). *Hubungan Asupan Serat dan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kadar Kolesterol Total pada Mahasiswa Jurusan Biologi Universitas Lampung* (Vol. 9).
- Cui, D., Yu, X., Guan, Q., Shen, Y., Liao, J., Liu, Y., & Su, Z. (2025). Cholesterol metabolism: molecular mechanisms, biological functions, diseases, and therapeutic targets. In *Molecular Biomedicine* (Vol. 6, Number 1). Springer Nature.
- Dąbrowska, E., & Narkiewicz, K. (2023). Hypertension and Dyslipidemia: the Two Partners in Endothelium-Related Crime. In *Current Atherosclerosis Reports* (Vol. 25, Number 9, pp. 605–612). Springer.
- Dianita Permata, L., & Ardiaria, M. (2026). HUBUNGAN ASUPAN SERAT PANGAN DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA The Relationship Between Food Fiber Intake And Total Cholesterol Levels In The Elderly. In *Journal of Biomedical and Clinical Nutrition* (Vol. 1, Number 1).

- Faridatul Fauziah, L., Rahmawati, Mg., Rizki Widyan Aisya, Mk., Siti Chodijah, Mg., Arlen Defitri Nazar, Sg., Chaerunnimah, Mb., Nunung Sri Mulyani, Mk., & Biomed Purbowati, M. (2025). *BUKU AJAR ILMU GIZI Penulis*.
- Firtanto, A. D. R. D. W., & Maksum, A. (2022). *SURVEI AKTIVITAS FISIK SISWA SMA NEGERI 4 KOTA PASURUAN PADA MASA PANDEMI COVID-19*.
- Galih Patria, D., & Adi Prayitno, S. (2022). *Pangan Fungsional dan Manfaatnya untuk Kesehatan*.
- Hafidah Ahmad, E., Ns Makkasau, Mk., Fitriani, M., Anita Latifah, M., Marlin Eppang, M., Syahrini Buraerah, Mk., Sri Syatriani, Mk., Kes, M., & Widia, L. (2023). *METODOLOGI PENELITIAN KESEHATAN*.
- Iskandar, B. + A. I. A. F. K. F. A. N. I. M. K. H. L. S. M. F. A. T. A. W. W. M. W. N. S. R. R. (2025). KOLEST (KONTROL LEMAK SEHAT TUBUH): Pengabdian Masyarakat dan Pemberian Edukasi Bahaya Kolesterol Pada Masyarakat Kota Pekanbaru. *Communnity Development Journal*, 60, 4305–4311.
- Lubis, L., Rahmaniar, T., & Oktavia, N. (2023). PHYSICAL ACTIVITY PROFILE BASED ON GLOBAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE (GPAQ) FOR MINING WORKERS. *Indonesian Journal of Public Health*, 18(3), 481–492.
- Nițu, E. T., Jianu, N., Merlan, C., Foica, D., Sbârcea, L., Buda, V., Suciu, M., Lombrea, A., & Movilă, D. E. (2025). A Comprehensive Review of the Latest Approaches to Managing Hypercholesterolemia: A Comparative Analysis of Conventional and Novel Treatments: Part I. In *Life* (Vol. 15, Number 8). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI).
- Permata, Dianita. , L., & Ardaria., M. (2026). HUBUNGAN ASUPAN SERAT PANGAN DENGAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA The Relationship Between Food Fiber Intake And Total Cholesterol Levels In The Elderly. In *Journal of Biomedical and Clinical Nutrition* (Vol. 1, Number 1).
- Pinki. (2023). *Serat dan Manfaatnya Sebagai Kesehatan*.
- Pondagitan, A. S., Mayulu, N., & Lestari, H. (2020). Korelasi antara asupan serat, asupan lemak, dan status gizi dengan kadar kolesterol total remaja usia 18-20 tahun. *Jurnal Biomedik:JBM*, 12(2), 94.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.
- Rahayu, L. E., Liana, & Novasyra, A. (2025). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DALAM PENINGKATAN KADAR KOLESTEROL DI PUSKESMAS PASAR MERAH. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 14(1), 103–112.

- Ramadhan, S. V. (2019). *HUBUNGAN LINGKAR PERUT ASUPAN SERAT DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KADAR KOLESTEROL TOTAL*.
- Rismawati Depi. (2021). *Survey Aktivitas Fisik Pada Orang Dewasa Madya Umur 40-55 Tahun diKecamatan Rantau Pandan*. 4.
- Sari, F. R., Rosita, Y., & Mundijo, T. (2024a). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kadar Kolesterol Dan Glukosa. In *Artikel Penelitian MESINA* (Vol. 4, Number 2).
- Sari, F. R., Rosita, Y., & Mundijo, T. (2024b). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kadar Kolesterol Dan Glukosa. In *Artikel Penelitian MESINA* (Vol. 4, Number 2).
- Soegijanto, S. (ed.). (2019). *Imu penyakit anak : diagnosa dan penatalaksanaan*.
- Sunarti. (2024). *Dasar-Dasar Nutrigenomik dan Aplikasinya* (Nanik, Ed.).
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penenlitian Kesehatan* (H. A. Nadana, Ed.; 1st ed.). Ahlimediapress.
- Syarfaini, I. A. I. Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Kolestrol PadaAparatur Sipil Negara. *Jurnal Kesehatan*, 13, 53.
- Tabita Hasianna Silitonga, H., Wicaksono, D., Yunita, J., Rany, N., Br Perangin-angin, S., Weynand Nusawakan, A., Rachmawati, F., Asmin, E., Made Ari Wilani, N., Mellya Putri, K., Safitriani, I., & March Syahadat, R. (2024). *PERILAKU KESEHATAN & PROMOSI KESEHATAN*. www.freepik.com
- Timore, Audio. , A. Nandasmara. , dkk. (2025). *Cegah Penyakit dengan Olahraga : PanduanGaya Hidup Anti Penyakit*. 1–2.
- Utama, D. R. (2021). *Kolestrol dan Penanganannya* (Tim STRADA PRESS, Ed.). STRADA PRESS.
- Whitney, N. E. S. R. R. M. R. T. C. A. W. (2019). *Understanding Nutrition*.
- Widaryanti, B., Khikmah, N., & Jazari, A. S. (2024). PROFIL LIPID PASIEN DIABETES MELLITUS KELOMPOK PROLANIS DI LABORATORIUM KLINIK CITRA LAB WONOSARI. *Jurnal Medika*, 9(1), 14–19.
- Yulianti, E., Prasetyaningrum, Y., Febby, Sarinande, A., Luh, N., Ningsih, R., (2023). Perbedaan Keberagaman Konsumsi Pangan Remaja di Kota Yogyakarta Saat Sekolah dan Hari Libur. *Medika Respati : Jurnal Kesehatan*. 261-268. 18. Yogyakarta.
- Yusuf, K., Saha, S., & Umar, S. (2022). Health Benefits of Dietary Fiber for the Management of Inflammatory Bowel Disease. In *Biomedicines* (Vol. 10, Number 6). MDPI.
- 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. In *116 JSK* (Vol. 2).