

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhiyani, C. (2013). Hubungan Usia dan Konsumsi Makanan Berlemak dengan Kolesterol Total pada Lansia di Kelurahan Serengan Surakarta. *Jurnal Farmasi* 2(1): 12-18.
- Agustiyanti, P. (2017). Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas Fisik dan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kadar Kolesterol Darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 5(4). 2356-3346
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ayu. (2017). Hubungan Frekuensi Senam Aerobik dan Asupan Kolesterol terhadap Kadar Kolesterol Darah Wanita Usia Subur di Pusat Kebugaran Syariah Agung Fitnes Makam Haji. *Jurnal Kesehatan*. 10(2) : 1979-7621.
- Bantas, K. (2012). Risiko Hiperkolesterolemia pada Pekerja di Kawasan Industri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 6 (5) 219-224.
- Budiarti, Y. (2015). Hubungan Lingkar Pinggang dan Kadar Kolesterol Total dengan Tekanan Darah pada Wanita Usia 46-55 Tahun di Desa Singocandi Kecamatan Kota Kabupaten Kudus. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Gizi (STIKES) Ngudi Waluyo. Semarang.
- Churilla, J. (2013). *Association of physical activity volume and hypercholesterolemia in US adults*. *Journal Oxford University*. 106(1) : 333-340.
- Fatimah. (2011). Senam aerobik dan konsumsi zat gizi serta pengaruhnya terhadap kadar kolesterol total darah wanita.. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 8(1): 23-27.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Garnadi, Y. (2012). *Hidup Nyaman dengan Hiperkolesterol*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Hjerpated., J.(2011). *Cheese intake in large amounts lowers LDL- cholesterol concentrations compared with butter intake of equal fat content*. *American Society For Nutrition Journal*. 94: 1479–1484.
- Indriyana, P. (2018). Pengaruh *Therapeutic Lifestyle Change* Terhadap Pengaturan Diet, Aktivitas Fisik, Dan Kadar Kolesterol Total Pasien Hiperkolesterolemia di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 6(1) : 2338-6371.
- Irza, N. & Rivolta, G. (2014). Penerapan Nutrition Care Process (Ncp) Pada Penderita Hiperkolesterolemia Komplikasi Hipertensi Rawat Inapdi Blu Rsup Prof.Dr.R.D Kandou Manado. *Jurnal GIZIDO* 6 (2), 263 - 269.

- Kang, Y. (2016). *Associations of Obesity with intake of sodium, fat and sugar among koreans : a Qualitative Systematic Review. Clinical Nutrition Journal.* 5(4) : 2287-3740.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Angka Kecukupan Gizi Bagi Bangsa Indonesia.* Jakarta.
- Kurniawati, F. (2015). Hubungan Konsumsi Lemak dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Koesterol Darah dan Low Density Lipoprotein pada Pasien Penyakit Jantung Koroner Rawat Jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi. *Skripsi.* Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Mannu. (2013). *Evidence of Lifestyle Modification in the Management of Hypercholesterolemia.* Jurnal. 9(1) : 2-14.
- Pascoal. (2014). Studi Senam Zumbas sesaat terhadap Kadar Kolesterol Total pada Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado. *Jurnal Gizido.* 6(1) : 45-52.
- Saragih. (2011). *Kolesterol dan usaha-usaha Penurunannya.* Buku. Universitas Mulawarwan. Bimotry : Yogyakarta
- Sunu, U. (2017). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Angka Kecukupan Gizi Makronutrien Terhadap Rasio Kolesterol Total/Hdl Pada Masyarakat Pedesaan. *Jurnal Farmasi Sains dan Komunitas.* 14(1) : 1693-5683.
- Tan, T & Rahardja, K. (2010). *Obat-Obat Sederhana untuk Gangguan Sehari-hari.* Jakarta: Gramedia.
- Utomo. (2012). Latihan Senam Aerobik untuk Menurunkan Berat Badan, Lemak, Dan Kolesterol. *Journal of Sport Sciences and Fitness.* 1(1) : 7-10.
- Waloya. (2013). Hubungan Antara Konsumsi Pangan dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Darah Pria Dan Wanita Dewasa Di Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan.* 8(1): 9-16.
- Widiastuti. (2017). Hubungan Nilai Aktivitas Fisik dengan Kadar Trigliserida dan Kolesterol HDL pada Pegawai Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. *Jurnal Kedokteran Unram.* 6 (4): 18-21.
- Widyaningrum, S. (2012). Hubungan antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Skripsi.* Program Studi Gizi Masyarakat Universitas Jember. Jember.
- Yuningrum,H. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Hiperkolesterolemia di Dusun Kopat, Desa Karang Sari, Kecamatan Pengasih, Kabupaten Kulonprogo, DIY. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 1(1). 591-598

Zuhroiyyah, S, Sukandar & Sastradimaja, B. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total, Kolesterol LowDensity Lipoprotein, dan Kolesterol High-Density Lipoprotein pada Masyarakat Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2(3) : 116-122