

DAFTAR PUSTAKA

- Adamkova V, Hubacek JA, Lanska V, Vrablik M, Lesna IK, Suchanek P, et al. Association between duration of the sleep and body weight. *Physiological Res.* 2009; 58: 27-31.
- Agustin, D. (2012). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Shift Di PT Krakatau Tirta. *Fakultas Ilmu Keperawatan*, 1–81.
- Anggraini DI. 2014. Hubungan Depresi dengan Status Gizi. *Medula*, 2014, 2(2): 39-46.
- Ali Khomsan, 2012. Ekologi Masalah Gizi, Pangan Dan Kemiskinan. Bandung: Alfabeta.
- Almatsier, S. 2006. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Amalia, I. N., Keperawatan, D. I., Kedokteran, F., & Diponegoro, U. (2017). *Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Fisik Pada Lansia* (April).
- Anindya, I. (2014). Gambaran Pola Makan Dan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. 5–6
- Ariani P. 2017. Ilmu Gizi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta.
- Chen, T., Wu, Z., Shen, Z., Zhang, J., Shen, X., & Li, S. (2014). Sleep Duration In Chinese Adolescents: Biological, Environmental, And Behavioral Predictors. *Sleep Medicine*, 15(11), 1345–1353.
- Damayanti. (2016). Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri. *ISSN 2502-3632. Jurnal Online Internasional & Nasional Vol. 7 No.1*
- Dhimas. (2012). *Analisis Faktor Dominan yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*. 68–70.
- Grander S and Krike L. 2014. Short sleep duration is associated with reduced leptin, elevated ghrelin, and increased body mass index. *Ploss Medicine*, 1(3).
- Hasiana. (2013). *Hubungan Pola Tidur dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2010, 2011 dan 2012*. 100100075, 246–247.

- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., Hazen, N., Herman, J., Katz, E. S., Kheirandish-Gozal, L., Neubauer, D. N., O'Donnell, A. E., Ohayon, M., Peever, J., Rawding, R., Sachdeva, R. C., Setters, B., Vitiello, M. V., Ware, J. C., & Adams Hillard, P. J. (2015). National sleep foundation's sleep time duration recommendations: Methodology and results summary. *Sleep Health, 1*(1), 40–43.
- Iqbal, D. M. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta*.
- Jannah Eka. (2013). Profil Status Gizi Mahasiswa Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2012 dan 2013 berdasarkan Indeks Massa Tubuh, Waist Hip Ratio dan Lingkar Pinggang. *Journal of Chemical Information and Modeling, 53*(9), 1689–1699.
- Kementrian Kesehatan RI. 2019. Tabel Ambang Batas Index Massa Tubuh (IMT). <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>. Diakses pada 1 Januari 2021
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 11*(4), 179.
- Kurniyanti, I., Christianto, E., & Ismawati, I. (2019). Gambaran Sarapan dan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2017. *Jurnal Ilmu Kedokteran, 12*(2), 108.
- Martfandika, D. A. (2018). *Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan dalam Menyusun Skripsi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Oktaviani, W. (2012). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja Dan Orang Tua Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Studi Kasus Pada Siswa Sma Negeri 9 Semarang Tahun 2012). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, 1*(2), 18843.
- Perwitasari, D. T., Nurbeti, N., & Armyanti, I. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015. *Jurnal Mahaurasiswa PSPD FK Universitas Tanjungp, 2*(3), 553–561.
- Purwanto, S. (2008). Mengatasi insomnia dengan terapi relaksasi. *Jurnal Kesehatan, 1*, 141–148.

- Rizki MR, Nawangwulan S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Sidoarjo : Indomedia Pustaka
- Rizqiea, N. (2012). *Pengalaman Mahasiswa yang mengalami Insomnia Selama Mengerjakan Tugas Akhir*. 1, 231–236.
- Septiana, P. (2017). Hubungan Antara Durasi Tidur Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia 3-8 Tahun. *Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga*, 1–69.
- Sinaga, Y. Y., Bebasari, E., & Ernalina, Y. (2015). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Obesitas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau*. 2(2), 1–8.
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. *Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 280–292.
- Supariasa, I. 2011. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Thamaria, N. 2017. *Bahan Ajar Gizi: Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- World Health Organization (WHO). 2011. *Obesity: preventing and managing the global epidemic*. France: WHO.