

DAFTAR PUSTAKA

- Adi. (2010). *Efikasi pemberian makanan tambahan biskuit yang diperkaya dengan tepung protein ikan lele dumbo, isolate protein kedelai dan probiotik yang dimikroenkapsulasi terhadap status gizi, respon imun humorai dan morbiditas balita BBLR [Tesis]*. Bogor: Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Almatsier, s. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Anam, M., Mexitalia, M., Widjanarko, B., Pramono, A., Susanto, H., & Subagio, H. W. (2010). Pengaruh Intervensi Diet dan Olah Raga Terhadap Indeks Massa Tubuh, Lemak Tubuh, dan Kesegaran Jasmani pada Anak Obes. *Sari Pediatri*, 36-41.
- Arisman. (2004). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Bartram, S. (2015). *High Intensity Interval Training*. New York: Billy Fields.
- Beatge, C., Earnest, C. P., Lockard, B., & Coletta, A. M. (2017). Efficacy of a Randomized Trial Examining Commercial Weight Loss Programs and Exercise on Metabolic Syndrome in Overweight and Obese Women. *Appl Physiol Nutr Metab*, 216-227.
- Bertalina. (2015). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Siswa SD Negeri di Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 56-63.
- Chandradewi, & Putri, A. A. (2006). *Pengaruh konseling gizi terhadap asupan zat gizi lanjut usia pada kelompok Karang Lansia di kota Mataram*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Cornelia, Anwar, I., Iwaningsih, S., Sumedi, E., Ramayulis, R., Kresnawan, T., et al. (2013). *Konseling Gizi Proses Komunikasi, Tata Laksana, serta Aplikasi Konseling Gizi pada Berbagai Diet*. Jakarta: Penebar Plus (Penebar Swadaya Grup).
- Dagan, N., Beskin, D., & Reis, B. (2015). Effects of Social Network Exposure on Nutritional Learning: Development of an Online Educational Platform. *JMIR Serious Games Journal*, 1-24.
- Devi, N. (2010). *Nutrition dan Food : Gizi Untuk Keluarga*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara.
- Doloksaribu, B. (2016). Lemak. Dalam Hardinsyah, & I. N. Supariasa, *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi* (hal. 51). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran: EGC.
- Erdmann, G., Schütz, G., & Berger, S. (2007). Inducible gene inactivation in neurons of the adult mouse forebrain. *BMC Neuroscience*, 1-10.

- FAO, F. (2011). *Guidelines for Measuring Household and Individual Dietary Diversity*. FAO.
- Fernandez-Luque, L., Singh, M., Ofli, F., Mejova, Y. A., Weber, I., Aupetit, M., et al. (2017). Implementing 360 o Quantified Self for childhood obesity : feasibility study and experiences from a weight loss camp in Qatar. *BMC Medical Informatics and Decision Making*, 17-37.
- Gemert, W. A., May, A., Schuit, A., Oosterhof, B., Peeters, P., & Monninkhof, E. (2016). Effect of Weight Loss with or without Exercise on Inflammatory Markers and Adipokines in Postmenopausal Women: The SHAPE-2 Trial, A Randomized Controlled Trial. *Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention*, OF1-OF8.
- Gifari, N. (2016). Tesis *Efikasi Air Putih dan High Intensity Interval Training (HIIT) terhadap Perubahan Profil Lipid dan Indeks Kebugaran Kardiorespiratori*. Bogor:Institusi Pertanian Bogor
- Hamed, N., & Raoof , N. (2014). Effect of high intensity interval training on diabetic obese women with polyneuropathy: a randomized controlled clinical trial. *Physical Therapy and Rehabilitation*, 2055-2386: 1- 4.
- Indaryono, & Sulchan. (2016). Pengaruh Konseling Modifikasi Gaya Hidup terhadap Asupan Lemak, Kadar Trigliserida dan Interleukin(IL)-18 pada Remaja Obesitas dengan Sindrom Metabolik, 298-306.
- Indrati, R., & Gardjito, M. (2014). *Pendidikan Konsumsi Pangan: Aspek Pengolahan dan Keamanan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Iriantika, & Margawati. (2017). Studi kualitatif pengaruh pemberian konseling gizi terhadap perubahan sikap dan pemilihan makan pada remaja putri overweight. *Journal of Nutrition College*, 19-27.
- Istiany, A., & Rusilanti. (2014). *Gizi Terapan*. Dalam I. Ari, & Rusilanti, *Gizi Terapan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Kim, B., Oh, N., Seo, S., & Se. (2017). Effect of Nutrition Counseling Program on Weight Control in Obese University Students. *Clin Nutr Res*, 7-17.
- Komala, R., Riyadi, H., & Setiawan, B. (2016). Latihan Intensitas Sedang dan Berat Memperbaiki Vo2Max, Indeks Massa Tubuh, dan Persen Lemak Tubuh Remaja Obes. *J. Gizi Pangan*, 211-218.
- Kravitz , L. (2014). *High Intensity Interval Training*. Washington DC (US): American College of Sports Medicine.
- Kurniali, P., & Abikusno. (2007). *Physical Intelligence Series Healthy Food For Healy People*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Mahan, Kathleen, & Escott-stump. (2000). *Krause's Food, Nutrition, and Diet Therapy 11th Edition*. NY . Saunders: 2000.

- Manore, M. (2012). Dietary Supplements for Improving Body Composition and Reducing Body Weight: Where Is the Evidence? *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 22: 139 -154.
- McManus, K., Antinoro, L., & Sacks, F. (2001). A randomized controlled trial of a moderate-fat, low-energy diet compared with a low fat, low-energy diet for weight loss in overweight adults. *International Journal of Obesity*, 1503-1511.
- PERSAGI. (2010). *Penuntun Konseling Gizi*. Jakarta: PT. Abadi.
- Podojoyo. (2006). Konseling Gizi Terhadap Penurunan Berat. *Jurnal Pembangunan Manusia*, 9-17.
- Putra, S. R. (2013). Pengantar Ilmu Gizi dan Diet. Dalam S. R. Putra, *Pengantar Ilmu Gizi dan Diet*. Jogjakarta: D-Medika.
- Rahimi , R. (2006). Effect of moderate and high intensity weight training on thebody composition of overweight men. *Physical Education and Sport* 4 (2), 93-101.
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Robinson, E., Stout, J., Miramonti, A. A., & Fukuda. (2014). High Intensity Interval Training and Beta-Hydroxy Beta-Methylbutyric Free Acid Improves Aerobic Power and Metabolic Thresholds. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 1-11.
- Sim , A., Wallman, K., Fairchild, T., & Guelfi, K. (2014). Effects of High-Intensity Intermittent Exercise Training on Appetite Regulation. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 2441-2449.
- Soekirman. (2006). *Hidup Sehat Gizi Seimbang Dalam Siklus Kehidupan Manusia*. Jakarta: Primamedia Pustaka.
- Spahn, j. M., Reeves , r. S., Keim, k. S., Laquatra, i., Kellogg, m., Jortberg, b., et al. (2010). State of the Evidence Regarding Behavior Change Theories and Strategies in Nutrition Counseling to Facilitate Health and Food Behavior Change. *Journal of the AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION*, 879-891.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suwarni. (2008). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Asuhan Zat Gizi dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Rumah Sakit Umum Provinsi Sulawesi Tenggara. *Tesis. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat UGM*.
- Vandenbroeck , I., Goossens , J., & Clemens, M. (2007). *Foresight Tackling Obesities: Future Choices—Building the Obesity System Map*. Government Office for Science, UKGovernment's Foresight Programme <http://www.foresight.gov.uk/Obesity/12.pdf>.

- WHO. (2016). *Overweight and Obesitas Mortality*. World Health Organization.
- Wiardani, N. K. (2016). Penatalaksanaan Diet Obesitas. Dalam Hardinysah, & I. N. Supariasa, *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi* (hal. 283). Jakarta: Buku Kedokteran.
- Wulandari, T., & Zulkaida, a. (2007). Self Regulated Behavior pada Remaja Putri yang Mengalami Obesitas. *Proceeding PESAT*, B51-B58.
- Zhang , H., Tong, T., Weifeng, Q., Xu, z., & Shi. (2017). Comparable Effects of High-Intensity Interval Training and Prolonged Continuous Exercise Training on Abdominal Visceral Fat Reduction in Obese Young Women. *Journal of Diabetes Research*, 1-9.

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul