

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2009. *Prinsip dasar ilmu gizi.cetakan ke delapan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_, 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Cetakan ke sembilan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_, 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Cetakan ke sepuluh*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Aly, S.M. (2014). Role of Intermittent Fasting on Improving Health and Reducing Diseases. *Int J Health Sci (Qassim)*, 8(3): V–VI.
- Ardyana, D. 2016. *Perbedaan Asupan Lemak Dan Kebiasaan Olahraga Pada Siswa Dengan Status Gizi Overweight Dan Non Overweight Di SMK Muhammadiyah 2 Surakarta*. Penerbit: Muhammadiyah Surakarta.
- Arifa, Fieka N. 2020. *Tantangan Pelaksanaan Kebijakan Belajar dari Rumah dalam Masa Darurat Covid 19*. Jakarta: Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI. Vol. XII, No. 7/Puslit/April/2020
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *PROSEDUR PENELITIAN – Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aritonang I. 2013. *Model Multilevel Pertumbuhan Anak Usia 0-24 Bulan dengan Variabel yang Mempengaruhinya. Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan. Hal: 130-142*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta.
- Ariani, T., D. 2018. *Hubungan Antara Intensitas Pnggunaan Media Sosial Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja*. Penerbit: Muhammadiyah Surakarta.

- Astuti, Gusti Ayu. 2018. *Hubungan Kebiasaan Olahraga, Mengonsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMP Bintang Persada Denpasar*. Denpasar: Politektik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
- Brian A. Irving, Christopher K. Davis, David W. Brock, Judy Y. Weltman, Damon Swift, Eugene J. Barrett, Glenn A. Gaesser and AW. Effect of Exercise Training Intensity on Abdominal Visceral Fat and Body Composition. San Diego: University of California. 2008.
- Bollini S, Gentili C, Tasso R, Cancedda R. 2013. The regenerative role of the fetal and adult stem cell secretome. *Journal of Clinical Medicine*. 307-309.
- Bueno, N. B., Sofia, I., Melo, V. De, & Oliveira, S. L. De. (2013). *Systematic Review with Meta-analysis Very-lowcarbohydrate ketogenic diet v . lowfat diet for long-term weight loss : a meta-analysis of randomised controlled trials*. 1178–1187. <https://doi.org/10.1017/S0007114513000548>
- Choi, H., K., Atkinson, K., Karlson, E., W. & Curhan, G. Obesity, Weight Change, Hypertension, Diuretic Use, and Risk of Gout in Men. *Arch. Intern. Med*. 165, 742–748 (2005).
- Collier, R. (2013). Intermittent fasting: the science of going without. *CMAJ*, 185(9), E363-4.doi: 10.1503/cmaj.109-4451.
- Ellenbroek, JH; vanDijck, L .; Ton, HA; Rabelink, TJ; Carlotti, F .; Ballieux, BE; de Koning, Diet ketogenik, Intoleransi Glukosa, penurunan berat badan jangka panjang- uji coba pada tikus. *J. Physiol. Endocrinol. Metab*. 2014, 306, E552-E558. [CrossRef ] [ PubMed]
- Ezekia, Kevin. 2017. *METABOLISME*. Denpasar: Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Faizah, Ismi., Muniroh, Lailatul. (2018). Analisis Perubahan Berat Badan, ndeks Masa Tubuh dan Pesentase Lemak Tubuh Klien Pasca Pemberian Diet South Beach

pada My Meal Catering Surabaya. *Amerta Nutr* (2018) 52-58. DOI : 10.2473/amnt.v2i1.2018.52-58

Fatimah., Husniawan, Neli. 2019. STUDI ANALISIS GAYA HIDUP KETOFASTOSIS TERHADAP RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* Vol 11 (1); Maret 2019

Fransiska, dkk. 2019. Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja di SMA 6 Surabaya Tahun 2019. *Amerta Nutr*. 142-148 143 DOI: 10.2473/amnt.v3i3.2019. 142-148

Gibson A, Seimon R, Lee C, Ayre J, Franklin J, Markovic T, Caterson ID, Sainsbury A. 2015. *Do diet ketogeniks really suppress appetite? A systematic review and metaanalysis. Obesity Reviews* 16(1):64–76

Gotera W, dkk. Penatalaksanaan Ketoasidosis Diabetik. SMF Ilmu Penyakit Dalam. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Denpasar*. Volume 11. Nomor 2. 2010: 126-130. [accessed on 2 Mei 2010]. available at: [portalgaruda.org/article.php?article](http://portalgaruda.org/article.php?article).

Gouw, L. (2010). *Associations Between Diet And Inactivity Behaviours With Overweight And Obesity Among 10-18 Years Old Czech Republic Adolescents. Public Health Nutrition*. 13, 1701–1707

Haskell, W.L., Kiernan, M, 2000. Methodologic issues in measuring physical activity and physical fitness when evaluating the role of dietary supplements for physically active people. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(2), pp. 541s-550s.

<https://www.ketogenicforums.com> diakses pada 15 Juli 2019, pukul 17.47 WIB

Jiang, Liu, Ru, Zhang, Wu, & Wang. (2014). Hypertension Detection, Management, Control and Associated Factors Among Residents Accesing Community Health Services in Beijing. *Scientific Reports*4845(4). doi: 10.1038/srep04845.

Jornayvaz, FR; Jurczak, MJ; Lee, H.-Y. ; Birkenfeld, AL; Frederick, DW; Zhang, D. ; Zhang, XM; Samuel, VT; Shulman, GI A tinggi lemak, diet ketogenik menyebabkan resistensi insulin hati pada tikus, meskipun meningkatkan pengeluaran energi dan mencegah penambahan berat badan. *J. Physiol. Endocrinol. Metab.* 2010, 299, E808-E815. [ CrossRef ] [ PubMed ]

Kementerian Kesehatan Indonesia. (2016). Pemerintah canangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Diakses dari <http://www.depkes.go.id/article/view/16111600003/pemerintah-canangkan-gerakan-masyarakat-hidup-sehat-germas-.html>

Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Sehat Berawal Dari Piring Makanku. <http://www.depkes.go.id/article/view/17103100004/healthy-starting-from-my-food-plate.html>. Diakses pada 2 Juli 2019 pukul 17.15 WIB.

Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. Hari Gizi Nasional 2017: Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari. <http://www.depkes.go.id/article/view/17012600002/hari-gizi-nasional-2017-ayo-makan-sayur-dan-buah-setiap-hari.html>. Diakses pada 2 Juli 2019 pukul 17.15 WIB.

Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. HASIL UTAMA RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id). Diakses pada 2 Januari 2019 pukul 20:19 WIB.

Kekarantinaan dalam Undang-Undang Nomor 6 tahun 2018 tentang Kesehatan.

Kosinski, Christophe., Jornayvaz, François R. 2017. Effects of Ketogenic Diets on Cardiovascular Risk Factors: Evidence from Animal and Human Studies. *Nutrients* 2017, 9, 517; doi:10.3390/nu9050517. [www.mdpi.com/journal.nutrients](http://www.mdpi.com/journal.nutrients).

Lakshita. 2012. *Pilih “Apel” Atau “Pir”?* Tips Simple Mencegah Dan Menangani *Obesitas*. Yogyakarta: Javalitera.

- Loong, Stephanie CH., Mayulu, Nelly., Kawengian, S. 2013. Hubungan antara Asupan Zat gizi Makro dengan Obesitas Pada Wanita Usia Subur Peserta JAMKESMAS di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, Volume 1, Nomor 1, Maret 2013, hlm. 607-613
- Löfgren, P. et al. Major gender differences in the lipolytic capacity of abdominal subcutaneous fat cells in obesity observed before and after longterm weight reduction. *J. Clin. Endocrinol. Metab.* 87, 764–771 (2002).
- Marlina DA, Widiastuti DE. 2018. *Pembuatan Gula Cair Rendah Kalori dari Daun Stevia rebaudiana Bertoni Secara Ekstraksi Padat-Cair*. 2018;269– 81.
- Masood W. and Uppaluri, K.(2018). Ketogenic Diet. Akses dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK4999830>
- Masood W, Uppaluri KR. Ketogenic Diet. [Updated 2019 Mar 21]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2019 Jan-.
- Mayang, A. (2017). Diet Keto: Berani Mencoba Tantangan Diet Rendah Karbohidrat? Yogyakarta: Healthy
- Meroni, E.; Papini, N.; Criscuoli, F.; Casiraghi, M.C.; Massaccesi, L.; Basilico, N.; and Erba, D. Metabolic Responses in Endothelial Cells Following Exposure to Ketone Bodies. *MDPI*. 2018, 10, 250; doi:10.3390/nu10020250.
- Ministrini, S., Calzini, L., Elisa, M. N., Maria, A. R., Roscini, A. R., Sieppi, D., Tozzi, G., Daviddi, G., Martorelli, E., Paganelli, M. T., Lupatteli, G. Lysosomal Acid Lipase as a Molecular Target of the Very Low Carbohydrate Ketogenic Diet in Morbidly Obese Patients: The Potential Effects on Liver Steatosis and Cardiovascular Risk Factors. *J. Clin. Med.* 2019, 8, 621; doi:10.3390/jcm8050621
- Muchtadi, Deddy. 2014. *Pengantar Ilmu Gizi*. Bandung: Alfabeta.

- Nur, Akbar. 2017. *Buku Saku Keperawatan dan Kebidanan*. Penerbit: Celebes Media Perkasa.
- Nix, S. Williams. 2004. *Basic Nutrition & Diet Therapy*. Elsevier Mosby.
- Octari, C., Liputo, N. I. & Edison. Hubungan Status Sosial Ekonomi dan Gaya Hidup dengan Kejadian Obesitas pada Siswa SD Negeri 08 Alang Lawas Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas* 3, 131–135 (2014).
- Paoli, A.; Grimaldi, K.; Toniolo, L.; Canato, M.; Bianco, A.; Fratter, A. Nutrition and Acne: Therapeutic Potential of Diet ketogeniks. *Skin Pharmacol. Physiol.* 2012, 25, 111–117. [ CrossRef ] [ PubMed ]
- Paoli A , Rubini A , Volek JS, Grimaldi JS. 2013. Beyond weight loss: a review of the therapeutic uses of very-low-carbohydrate (ketogenic) diets. *European Journal of Clinical Nutrition.* 789–796
- Partsalaki, I .; Karvela, A .; Spiliotis, BE dampak metabolik dari diet ketogenik dibandingkan dengan diet kalori dengan pada anak obesitas dan remaja. J. *Pediatr. Endocrinol. Metab.* 2012, 25, 697-704. [ CrossRef ] [ PubMed ]
- Prabandari, Yunilla. (2013). *Perbandingan Obesitas Dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Pada Laki – Laki Dan Perempuan Dewasa Usia 40 – 44 Tahun Di Provinsi Sulawesi Utara, Sulawesi Tengah, Sulawesi Selatan, Gorontalo, Dan Sulawesi Barat(Analisis Data Sekunder Riskesdas 2010: Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.*
- Prasetyo, N. (2016). *Protokol Ketofastosis*. Diakses dari <http://www.ketofastosis.com/fastosis-faq>
- Patterson, R.E and Sears, D.D. (2017).Metabolic effects of intermittent Fasting. *Annual Review of nutrition* Vol. 37:371-393.doi.org/10.1146/annurev-nutr-071816-064634

Permenkes RI no. 41 tahun 2014 Pedoman Gizi Seimbang. Pesan Umum Gizi Seimbang “Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi” diakses [kesmas.kemkes.go.id](http://kesmas.kemkes.go.id) pada 16 Juli 2018 pukul 22. 34 WIB.

Permenkes RI no. 75 tahun 2013 Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat, Serat dan Air yang dianjurkan untuk orang Indonesia (perorang perhari) diakses [kesmas.kemkes.go.id](http://kesmas.kemkes.go.id) pada 16 Juli 2018 pukul 22. 34 WIB

Primasari, Winda., Yusup, Heri. 2020. Makna Warrior bagi penggiat Ketofastosis Lifestyle. *Jurnal Makna Volume 6, No. 1* Bekasi: Universitas Islam ‘45’

Ridwan, Z., Bahrin U., Pakasi R. 2016. Ketoasidosis Diabetik di Diabetes Melitus Tipe 1. Makassar: *Indonesian Journal of Clinical Pathology and Medical Laboratory* Vol. 22, No. 2 Maret 2016 | Hal. 200–203.

Sari, A.M., Ernalia, Yanti., Bebasari, Eka. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa SMP di Pekanbaru. *JOM FK* Vol. 4 No. 1 Februari 2017.

Setiawati, F. S., dkk. 2019. Intensitas Penggunaan Media Sosial, Kebiasaan Olahraga, dan Obesitas Pada Remaja Di SMA Negeri 6 Surabaya Tahun 2019. *Amerta Nutr (2019) 142-148* DOI: 10.2473/amnt.v3i3.2019. 142-148

Sheerwood. 2012. *Fisiologi Manusia*. Jakarta: EGC.

Tinsley GM & La Bounty PM. (2015). Effects of intermittent fasting on body composition and clinical health markers in human. *Nutr Rev.* 73(10):661-74. doi: 10.1093/nutrit/nuv041.

Tan, Esa I. A., Irfannuin., Murti, Krisna. PENGARUH DIET KETOGENIK TERHADAP POLIFERASI DAN KETAHANAN SEL PADA PENKREAS. *JMJ, Volume 7, nomor 1, Mei 2019, Hal: 102-116*

Welis, W., Sazeli, R.M., 2013. GIZI UNTUK AKTIVITAS FISIK DAN KEBUGARAN. Universitas Negeri Padang: Sukabina Press ISBN: 978-602-1650-02-8

Westman, EC., Tondt, J., Maguire, E., dan Yancy, WS Jr. (2018). Implementing a low carbohydrate, ketogenic diet to manage type 2 diabetes mellitus. *Expert Rev Endocrinol Metab.* 13(5):263- 272. doi:10.1080/17446651.2018.1523713. PMID 30289048.

World Health Organization. 2015. Cardiovascular disease. Available from <https://www.who.int/health-topics/cardiovascular-diseases/>

World Health Organization, 2016. Obesity and Overweight. Available from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

World Health Organization. (2017). Fact sheet: Noncommunicable Disease. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. 2018. Diabetes. Available from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>.

World Health Organization. 2018. Latest global cancer data: Cancer burden rises to 18.1 million new cases and 9.6 million cancer deaths in 2018. International Agency for Research on Cancer 2018. Available from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/epilepsy>