

## Daftar Pustaka

- Andayani, K., & Dieny, F. F. (2013). HUBUNGAN KONSUMSI CAIRAN DENGAN STATUS HIDRASI PADA PEKERJA INDUSTRI LAKI-LAKI. *Journal of Nutrition College*, 547-556.
- Sumual, T. (2017). *MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA (Edisi Revisi)*. Surabaya: CV. R.A.De.Rozarie.
- Abdullah, H. (2014). *Manajemen dan Evaluasi Kinerja Karyawan*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Andita, S. (2018). HUBUNGAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN, STATUS GIZI, DAN SUHU LINGKUNGAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA (Studi Pada Para Pekerja CV. Industri Plastik Babatan Ungaran, Kabupaten Semarang Tahun 2018). *jurnal kesehatan masyarakat*, 422-428.
- Anggraini, A. P. (2018). *10 manfaat memenuhi cairan tubuh*. Kompas.
- Annisa, S. (2019). pengaruh kenyamanan kantor terhadap produktivitas kerja karyawan. *jurnal manajemen kantor*.
- Arisman. (2013). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Batinha. (2013). Carbohydrate use and reduction in number of balance beam falls: implications for mental and physical fatigue. *Journal of the International Society and Sports Nutrition*.
- Cantika, H. A. (2017). PERAN MAKRONUTRIEN DALAM SARAPAN TERHADAP PERFORMA KOGNITIF REMAJA. *jurnal kedokteran Diponegoro*, 611-621.
- dessler, g. (2009). *Manajemen SDM : buku 1*. Jakarta: Indeks.
- Djami, M. (2018). uji normalitas data. *uji normalitas data*.
- DR.dr. Edi Hartoyo, S. (. (2015). *Sarapan pagi & produktivitas*. Malang: UB Press.
- Fink, HH, Alan, EM, & Lisa, AB. (2013). *Practical Applications in Sport Nutrition. 3rd ed.* Canada: Jones and Bartlett Publishers.
- Firdiansyah, A. (2020, Februari 24). *5 alasan kenapa kamu harus sarapan pagi sebelum kerja*. Dipetik Januari 8, 2021, dari Glints:  
[https://glints.com/id/lowongan/sarapan-pagi-itu-penting/#.X\\_hocUzbiU](https://glints.com/id/lowongan/sarapan-pagi-itu-penting/#.X_hocUzbiU)

- Firmanzah, A., Hamid, D., & Djudi, M. (2017). PENGARUH KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN. *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*.
- Gibney, M. J. (2018). Breakfast in Human Nutrition: The International Breakfast Research Initiative. *MDPI Journal Nutrients*, 1-12.
- Gibson SA, & Gunn P. (2011). What's for breakfast? Nutritional implications of breakfast habits: insights from the NDNS dietary records. *Nutrition Bulletin*, 78-86.
- Golbabaei. (2014). Studying the effectiveness of re-hydration on productivity in a sugar beet workers among farmers in West Azarbaijan city. *Journal of Health and Safety at Work*.
- Hadi, N. (2017). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Hardinsyah, & Aries, M. (2012). jenis pangan sarapan dan perannya dalam asupan gizi. *jurnal gizi dan pangan IPB*, 89-96.
- Hardinsyah, Gustam, & Briawan. (2012). Faktor Risiko Dehidrasi Pada Remaja dan Dewasa Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan Vol. 8*.
- Hartoyo, D. (2015). *Sarapan Pagi & Produktivitas*. Malang: UB Press.
- Hendrayati. (2009). Gambaran Asupan Zat Gizi, Status Gizi dan Produktivitas Karyawan CV. Sinar Matahari Sejahtera di Kota Makassar. *politeknik kesehatan Makassar*.
- Hidayat, E. (2014). kebiasaan sarapan, hubungannya dengan produktifitas kerja karyawan PT. Samick Indonesia. *Jurnal Agricultural*.
- Ika Ratnawati, S. M. (2011). *Pemenuhan Kecukupan Gizi Bagi Pekerja*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Iman, B., Hadinsyah, Siregar, P., & Pardede. (2011). *Air Bagi Kesehatan*. Centra Communications.
- Iswari, D. A. (2014). HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SARAPAN DAN STATUS GIZI DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA PEKERJA WANITA DI KONVEKSI RIZKYA BATIK NGEMPLAK BOYOLALI. *jurnal UMS*.
- Jayasumana, & Priyani. (2015). *Drinking Well Water and Occupational Exposure Herbicides is Associated with Chronic Kidney Disease in Padavi-Sripura*. Sri Lanka: BioMed Central, 14(6).
- Jéquier, E., & Constant, F. (2010). Water as an essential nutrient: the physiological basis of hydration. *European Journal of Clinical Nutrition*, 115-123.

- Jetvig, S. (2010). Smart School Time Recipes. The Breakfast, Snack, and Lunchbox Cookbook for Healthy Kids and Adults. *BMJ Journal*.
- Karmila, & Suryalena. (2018). Pengaruh Pengawasan dan Penilaian Kinerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Perkebunan (Studi Kasus Karyawan Bagian Produksi Pada PTPN V SEI buatan. *Jom Fisip*.
- Kartasapoetra. (2010). *Ilmu Gizi (korelasi gizi dan kesehatan produktifitas kerja)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- kemenkes. (2014). *PEDOMAN GIZI SEIMBANG*. PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014.
- Khomsan. (2010). *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT. Radja Grafindo Persada.
- Kurniasih, D. (2010). *Sehat & bugar berkat gizi seimbang*. jakarta: gamedia.
- Kusriana, R. (2010). Asupan zat gizi, status gizi dan motivasi serta hubungannya dengan produktivitas pekerja perempuan pada bagian pencetakan di Pabrik Bakpia Pathuk 25 Yogyakarta. *jurnal gizi klinik indonesia*, 41-47.
- Kusuma, I., & Darmastuti, I. (2010). PELAKSANAAN PROGRAM KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA KARYAWAN PT. BITRATTEX INDUSTRIES SEMARANG. *Jurnal Studi Manajemen & Organisasi*.
- Lestari, D. M. (2011). SARAPAN DAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN CUSTOMER RELATIONSHIP MANAGEMENT (CRM) PT WYETH INDONESIA. *Nutrire Diaita*.
- Malisova, O. (2016). Water Intake and Hydration Indices in Healthy European Adults: The European Hydration Research Study (EHRS). *Nutrients*.
- Megayani Puspita Sari. (2017). IKLIM KERJA PANAS DAN KONSUMSI AIR MINUM SAAT KERJA TERHADAP DEHIDRASI. *jurnal unnes*.
- Mitayani, & Sartika W. (2010). *Ilmu Gizi*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Moehji, S. (2009). *ILMU GIZI 2*. Jakarta: Papas Sinar Sinarti.
- Muchtadi. (2009). Sayuran sebagai sumber serat pangan untuk mencegah timbulnya penyakit degeneratif. *Jurnal Teknol dan Industri Pangan*, 61-71.
- Muiziddin. (2013). Hubungan Antara Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Tenun Di PT. Alkatex Tegal.
- Murray. (2009). *Biokimia Harper Ed.27*. Jakarta: EGC.

- Narmodo, Hernowo , & M. Farid Wadji. (2009). Pengaruh Motivasi Dan Disiplin terhadap kinerja pegawai Badan Kepegawaian Daerah Kabupaten Wonogiri. *jurnal Daya\_Saing\_1\_1*.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurul, E. (2018). HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, STATUS GIZI, USIA DAN TINGKAT KEBUGARAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN ASTRA WORLD JUANDA JAKARTA PUSAT. *jurnal esa unggul*.
- Nurul, E., Kuswari, M., & Damayanti, D. (2018). HUBUNGAN KEBIASAAN SARAPAN, STATUS GIZI, USIA DAN TINGKAT KEBUGARAN DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN ASTRA WORLD JUANDA JAKARTA PUSAT. *jurnal esa unggul*.
- Oktapiyanni, Y. I. (2014). Hubungan antara asupan energi, protein, lemak, karohidrat, dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita di konveksi rizky batik Ngemplak Boyolali. *jurnal UMS*.
- Permenkes. (2016). *STANDAR DAN PERSYARATAN KESEHATAN LINGKUNGAN KERJA INDUSTRI*. menteri kesehatan Republik Indonesia.
- Permenkes. (2016). *STANDAR DAN PERSYARATAN KESEHATAN LINGKUNGAN KERJA INDUSTRI. PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 70 TAHUN 2016*.
- Permenkes. (2016). *STANDAR KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA PERKANTORAN. PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 48*.
- Pratiwi, I. (2013). PENGARUH PENCAHAYAAN, KEBISINGAN DAN TEMPERATUR TERHADAP PERFORMANSI KERJA. *National Conference on Applied Ergonomics 2013*, 23-28.
- Ratnaningrum, F., & Susanta, H. (2017). PENGARUH PERAN GANDA PEKERJA WANITA TERHADAP KINERJA KARYAWAN DENGAN PENGEMBANGAN KARIR SEBAGAI VARIABEL MEDIASI. *Jurnal Universita Dipenogoro*.
- Risnawati. (2016). PENGARUH KELELAHAN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN PADA PT. BANK MANDIRI (Persero) Tbk CABANG MEDAN IMAM BONJOL. *jurnal ilmiah manajemen dan bisnis Vol.17, No.01*.
- Rizki, M. (2017). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KINERJA PEGAWAI PADA DINAS KESEHATAN KABUPATEN KUTAI TIMUR. *jurnal uwgm*.
- Rohmat, Hidayati, N., & Asiyah, S. (2020). Pengaruh Monitoring Dan Evaluasi Kinerja Terhadap Produktivitas Kerja Pegawai Pada Kpp Pratama Malang Selatan. *jurnal riset manajemen unisma*.

- Ryan Magelhans, A. (t.thn.). *hubungan gizi da produktifitas karyawan*. Dipetik Januari 9, 20221, dari Indonesia Fitness Trainer Assiciatioin: <https://apki.or.id/hubungan-gizi-dan-produktivitas-karyawan/>
- Sari, M. P. (2017). IKLIM KERJA PANAS DAN KONSUMSI AIR MINUM SAAT KERJA TERHADAP DEHIDRASI. *jurnal unnes*.
- Sedarmayanti. (2009). *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*. Bandung: Mandar Maju.
- Sherwood, L. (2012). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem.Edisi 6*. Jakarta: EGC.
- Siahaan, S., & Bahri, S. (2019). Pengaruh Penempatan Pegawai, Motivasi, Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai. *Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 16-30.
- Silvia, Toby, & Antonio. (2011). Fluid balance of elite Brazilian youth soccer players during consecutive days of training. *Journal of Sport Science. Volume 29 (7): 72*.
- Sofyan, D. K. (2013). pengaruh lingkungan kerja terhadap kinerja kerja pegawai BAPPEDA. *MIEJ Journal*, 18-23.
- Sudarmanto. (2014). *Kinerja dan Pengembangan Kompetensi SDM*. Yogyakarta: Pustaka belajar.
- Sugiyono. (2014). *metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukowati, Y. K. (2015). Hubungan Asupan Energi, Asupan Protein, dan Kadar Hemoglobin dengan Produktivitas Kerja Wanita Petani Kelurahan Tegalroso, Kabupaten Temanggung Tahun 2015. *jurnal kesehatan masyarakat*.
- Suma'mur. (2009). *Hiegiene perusahaan dan keselamatan kerja*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Surbakti, S. (2010). Asupan Bahan Makanan Dan Gizi Bagi Atlet Renang. *jurnal ilmu keolahragaan*, 12-18.
- Suwondo, D. I., & Sutanto, E. M. (2015). Hubungan Lingkungan Kerja, Disiplin Kerja, dan Kinerja Karyawan. *JMK, VOL. 17, NO. 2*, 135-144.
- Swari, R. C. (2018). *Segudang Manfaat Asam Lemak Esensial, Kunci Kecerdasan Anak*. hellosehat.com.
- Tamsuri, A. (2014). *klien gangguan keseimbangan cairan & elektolit*. jakarta: EGC.
- Tarwaka. (2010). *Ergonomi Industri*. Surakarta: Harapan Press.
- Walgito, B. (2010). *pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: C.V. Andi.

Wardhani, M. W. (2008). Hubungan gizi kerja dengan produktivitas tenaga kerja wanita di industri batik. *jurnal UNS*.

Xiang, J. (2015). Perceptions of workplace heat exposure and controls among occupational hygienists and relevant specialists in Australia. *PLoS ONE*.