

DAFTAR PUSTAKA

- Abaa, Y. P., Polii, H *et al.* (2017). Gambaran tekanan darah, indeks massa tubuh, dan aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran umum angkatan 2014. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. Volume 5, Nomor 2.
- Adiguna, B. S. (2013). Pengaruh Minuman Suplemen Herbal Berenergi Purica Terhadap Peningkatan Stamina Atlet Sepakbola Uny. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Agustina, T. (2014). Kontaminasi Logam Berat Pada Makanan Dan Dampaknya Pada Kesehatan. Program Studi Teknik Jasa dan Produksi, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang.
- Almatsier, S. (2014). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2011). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- American Heart Association. "How much sodium should I eat per day?". Retrieved from <https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/eat-smart/sodium/how-much-sodium-should-i-eat-per-day> diakses pada 18 Desember 2022.
- Bakri, S. (2019). Status gizi, pengetahuan dan kecukupan konsumsi air pada siswa SMA Negeri 12 Kota Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 4(1):22. <https://doi.org/10.30867/action.v4i1.145>., diakses pada 17 Desember 2022.
- Damastuti, E, Muhayatun Santoso *et al.* (2010). Asupan Natrium Anak Usia Sekolah Dasar Di Kota Bandung. Program Studi Teknik Lingkungan, Fakultas Teknik Sipil dan Lingkungan, Institut Teknologi Bandung. *Prosiding Seminar Nasional AAN*.

- Darmidy, V., Tobing, Ade et al. (2014). Perbandingan tingkat dan pola aktivitas fisik siswa SMU dengan mahasiswa Fakultas Kedokteran di Jakarta Pusat dalam hubungannya dengan berat badan. Program Studi Spesialis Kedokteran Olahraga, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Dewi, N. P. P. A., Susanto, H., and Rosidi, A. (2016). Hubungan tingkat kecukupan zat gizi, lean body mass, dan aktivitas fisik dengan kepadatan tulang pada mahasiswa Universitas Udayana Denpasar. *The Indonesian Journal of Nutrition*, 4(2): 96–101. <https://doi.org/10.14710/jgi.4.2.96-101>., diakses pada 9 November 2023.
- Dhondup, T., and Qian, Q. (2017). Acid-Base and Electrolyte Disorders in Patients with and without Chronic Kidney Disease: An Update. *Kidney Diseases*, 3:136–148. Division of Nephrology and Hypertension, Department of Medicine, Mayo Clinic, Rochester, MN , USA <https://doi.org/10.1159/000479968>., diakses pada 18 Desember 2022.
- Dieny, F, F., et al. (2020). Profil asupan zat gizi, status gizi, dan status hidrasi berhubungan dengan performa Atlet Sekolah Sepak Bola di Kota Semarang. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 7(2):108–119. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2020.007.02.3> diakses pada 18 Desember 2022.
- Fakultas Farmasi Militer Unhan RI. (2020). Kekhususan I Fakultas Farmasi Militer. Retrieved from <https://ffm.idu.ac.id/kekhususan/> diakses pada 22 Oktober 2022.
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2001). *Human energy requirements*. Rome: FAO/WHO/UNU Expert Consultation.
- Guyton AC, & Hall JE. (2008). *Textbook of Medical Physiology* (Twelfth Edition). Department of Physiology and Biophysics Associate Vice

Chancellor for Research University of Mississippi Medical Center. United States of America: Saunders Elsevier.

Hafiza, D., Agnita, U., and Sekani, N., (2020). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp YLPI Pekanbaru. Program Studi Keperawatan, STIKes Hang Tuah Pekanbaru. 2(1): <http://Jurnalmedika-hutama.com> diakses pada 17 Desember 2022.

Harlan, J., & Johan, R., 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. In Universitas Gunadarma (Vol. 2). Retrieved from <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004> diakses pada 8 Desember 2022.

Horne, M, M., Pamela, L, S. (2001). Keseimbangan cairan, Elektrolit, dan Asam Basa (Second Edition). Jakarta: Buku Kedokteran ECG.

International Dietary Data Expansion Project. (2013). *Food Frequency Questionnaires (FFQ) - Inddex Project*. Retrieved from <https://inddex.nutrition.tufts.edu/data4diets/data-source/food-frequency-questionnaires-ffq> diakses pada 15 Juli 2023.

Kartika, A. G. D., *et al.* (2019). Analisis Kadar Magnesium dan Kalium pada Garam Rich Minerals. *Rekayasa (Journal of Science and Technology)*, 12(1), 1. Program Studi Ilmu Kelautan, Fakultas Pertanian, Universitas Trunojoyo Madura <https://doi.org/10.21107/rekayasa.v12i1.5094> diakses pada 16 Juli 2023

Kemenkes RI. (2017). "Buku Saku Ayo Bergerak". Jakarta: Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. Kemenkes RI.

Keputusan Panglima TNI Nomor Kep/1017/XII/2016 tanggal 5 Desember 2016 tentang Petunjuk Teknis Penilaian Status Gizi Prajurit TNI, No. 103.103-080504. PN: KES-18.

- Kłos, A., Maryla, D., Jerzy, B., and Wiesława, S. (2012). Sodium and potassium content of daily food rations of students of the Main School of Fire Service in Warsaw. 4:61-66. *Journal Military Pharmacy and Medicine*: <http://military.isl-journals.com> diakses pada 10 Juni 2022.
- Konopka, A. R., and Sreekumaran Nair, K. (2013). Mitochondrial and skeletal muscle health with advancing age. *Molecular and Cellular Endocrinology*, 379(1–2). <https://doi.org/10.1016/j.mce.2013.05.008> diakses pada 22 juli 2023.
- Mardalena Ida. (2021). *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan: Konsep dan Penerapan Pada Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Martono. (2015). Penurunan Resiko Henti Jantung Pada Asuhan Keperawatan Pasien Yang Dilakukan Hemodialisa Melalui Pengendalian Overload Cairan Kalium Serum. 4(1):1-5. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Keperawatan.
- Maslich, L. W. S. and Tri W, A. (2017). Hubungan Asupan Kalium dan Natrium dengan Dehidrasi pada Remaja di SMK Muhammadiyah 04 Boyolali. Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Departemen Ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Profesional Islam* (Vol. 15, Issue 1) <https://ejournal.stikespku.ac.id> diakses pada 20 Desember 2022.
- McCubbin, A. et al. (2020). Sports Dietitians Australia Position Statement: Nutrition for Exercise in Hot Environments. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 30(1): 83-98. <https://doi.org/10.1123/ijsem.2019-0300> diakses pada 18 Desember 2022.
- McKenna, M. J., Bangsbo, J., and Renaud, J.-M. (2008). Muscle K⁺, Na⁺, and Cl⁻ disturbances and Na⁺-K⁺ pump inactivation: implications for fatigue. *Journal of Applied Physiology*, 104(1). <https://doi.org/10.1152/japplphysiol.01037.2007> diakses pada 20 Desember 2022

- Monica, M., & Y. E. Soekatri, M. (2021). The Relationship Between Nutritional Intake And Knowledge Levels On Blood Pressure In Elderly Of Posbindu Nusa Indah Ii, Tanah Kusir, South Jakarta. *SANITAS: Jurnal Teknologi Dan Seni Kesehatan*, 12(1), 86–98. <https://doi.org/10.36525/sanitas.2021.8>
- Morrissey, E., *et al.* (2020). Sodium and Potassium Intakes and Their Ratio in Adults (18-90 y): Findings from the Irish National Adult Nutrition Survey. *Journal Nutrients*, 12(4): 938. <https://doi.org/10.3390/NU12040938> diakses pada 10 Desember 2022.
- Muzamil, S. M., Afriwardi., and Rose, D. M. (2014). Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Usia di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur. *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 3, Issue 2). <http://jurnal.fk.unand.ac.id> diakses pada 25 Desember 2022.
- National Institutes of Health. (2022). *Diet and Health*. National Academies Press. Retrieved from <https://doi.org/10.17226/1222> diakses pada 15 Desember 2022.
- National Institutes of Health (2022). *Potassium - Health Professional Fact Sheet*. Retrieved from <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Potassium-HealthProfessional/> diakses pada 15 Desember 2022.
- Novitasari, D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Kecukupan Lemak Dan Natrium Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Semarang. Program Studi Diploma III Gizi, Fakultas Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Powers, S. K., *et al.* (2011). Exercise-induced oxidative stress in humans: Cause and consequences. *Free Radical Biology and Medicine*, 51(5), 942–950. <https://doi.org/10.1016/J.FREERADBIOMED.2010.12.009> diakses pada 25 Desember 2022.

- Pradipta, G. N. K. and Deni, Y. F. (2015). *Hubungan Asupan Kalsium, Natrium, Kalium, Dan Kebiasaan Merokok Dengan Kepadatan Tulang Pria Dewasa Awal*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, 4(2):372-379. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc> diakses pada 18 Desember 2022.
- Prihatini, S., *et al.* (2016). Kontribusi Jenis Bahan Makanan Terhadap Konsumsi Natrium Pada Anak Usia 6-18 Tahun Di Indonesia. Pusat Penelitian dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Pritasari, L Tri Nugraheni, and Damayanti, D. (2017). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Indo.Kemkes BPPSDM.
- Proverawati, A., and Wati, K. E. (2017). *Ilmu gizi untuk keperawatan & gizi kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, N. P., & Z, A. F. (2020). Manfaat Air Minum Bagi Kesehatan Peserta Didik Pada Tingkat Mi/Sd. Al-Adzka: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, 10(1). <https://doi.org/10.18592/Aladzkapgmi.V10i1.3622> diakses pada 05 Desember 2022.
- Qian, Q. (2018). Dietary Influence on Body Fluid Acid-Base and Volume Balance: The Deleterious “Norm” Furthers and Cloaks Subclinical Pathophysiology. *Journal Nutrients*, 10(6): 778 <https://doi.org/10.3390/nu10060778> diakses pada 24 Desember 2022.
- Sari D, D, P., and Nuryanto (2016). Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hibrida Terhadap Status Hidrasi Atlet Sepak bola. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Sari, N. J. (2019). Hubungan Antara Obesitas, Konsumsi Natrium, Kalium, Lemak Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan darah Orang Dewasa Lubuk

Buaya Kota Padang Tahun 2019 (pp. 46–47). Program Studi Sarjana Gizi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Padang.

Siagian, Y. (2018). Status Nutrisi Pasien Hemodialisa di Rumah Sakit Umum Daerah. Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Hang Tuah Tanjung Pinang. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 300–314. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.320> diakses pada 19 Desember 2022.

Siregar, N. S. (2016). Pengaruh Rehidrasi Setelah Olahraga Dengan Air Kelapa. (15): 2. Program Studi Sarjana Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

Strazzullo, P., and Leclercq, C. (2014). Sodium. *Advances in Nutrition*, 5(2), 188–190. *American Society for Nutrition*. <https://doi.org/10.3945/an.113.005215> diakses pada 15 Desember 2022.

Sulistiono, A. A. (2015). Prediksi Aktivitas Fisik Sehari-hari, Umur, Tinggi, Berat Badan dan Jenis Kelamin Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMP di Banjarmasin. Puslitjak, Balitbang-Kemdikbud. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* (20):3. <http://jurnaldikbud.net/index.php/jpnk/article/view/152> diakses pada 13 Desember 2022.

Terziev, V., et al. (2019). The Cadets From the Military Schools As Subjects of Educational Activity. *IJAEDU- International E-Journal of Advances in Education*, Vol. V, Issue 15. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3477274> diakses pada 11 Desember 2022.

Tunnur, R. (2021). Hubungan Pengetahuan, Asupan Natrium Dan Kalium Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu Tahun 2021. Program Studi Gizi Dan Dietitika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Universitas Pertahanan RI. (2020). Unhan Laksanakan Upacara Pemberangkatkan Calon Kadet Mahasiswa S1 Unhan Diksarmil di Akmil

Magelang. Retrieved from <https://www.idu.ac.id/berita/unhan-laksanakan-upacara-pemberangkatkan-kadet-mahasiswa-s1-unhan-diksarmil-di-akmil-magelang.html> diakses pada 10 Desember 2022.

Veniamakis, E. *Et al.* (2022). Effects of Sodium Intake on Health and Performance in Endurance and Ultra-Endurance Sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Issue 6). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063651> diakses pada 11 Desember 2022.

World Health Organization. (2012). *Guideline: Sodium intake for adults and children*. Retrieved from: www.who.int diakses pada 9 Desember 2022.

World Health Organization. (2018). *Nutrition*. Retrieved from: <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/nutrition> diakses pada 9 Desember 2022.

Yamada, S., & Inaba, M. (2021). Potassium Metabolism and Management in Patients with CKD. *Nutrients*, 13(6), 1751 <https://doi.org/10.3390/nu13061751> diakses pada 22 Desember 2022

Yaswir, R., and Ira Ferawati. (2012). Fisiologi dan Gangguan Keseimbangan Natrium, Kalium dan Klorida serta Pemeriksaan Laboratorium. 1-(2). <http://jurnal.fk.unand.ac.id> diakses pada 26 Desember 2022.

Yoga, Anindya H., Dyah Umiyarni & Kushandar. 2014. Hubungan Gender, Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Kesegaran Jasmani Anak Sekolah Dasar. Jurusan Kesehatan Masyarakat, fakultas Kedokteran dan Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.