

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. LAPORAN NASIONAL RISKESDAS 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI; 2018. 120 p.
2. Finucane MM, Stevens GA, Cowan MJ, Danaei G, Lin JK, Paciorek CJ, et al. National, regional, and global trends in body-mass index since 1980: systematic analysis of health examination surveys and epidemiological studies with 960 country-years and 9.1 million participants. *Lancet* [Internet]. 2011 Feb;377(9765):557–67. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673610620375>
3. World Health Organization (WHO). Overweight and Obesity [Internet]. 2021 [cited 2023 Jun 5]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
4. Susantiningih T. Obesitas Dan Stress Oksidatif. *J Kesehat Univ Lampung*. 2015;5(9):219–25.
5. Sunarti. Antioksidan dalam Penanganan Sindrom Metabolik. Yogyakarta: UGM PRESS; 2021. 144 p.
6. Rastina D. Produk Cookies Oat Tape Ketan Hitam sebagai Sumber Antosianin dan Serat untuk Alternatif Makanan Selingan bagi Obesitas. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung; 2022.
7. Horbowicz M, Grzesiuk A, DEBski H, Kosson R. Anthocyanins of Fruits and Vegetables - Their Occurrence, Analysis and Role in Human. *Veg Crop Res Bull*. 2008;68:5–22.
8. Fauziyah RN, Afiani M, Sulaeman A, Fitria M, Osman S. Effectiveness of Black Tapai Berry Ice Sherbet Against Reduction of Waist Circumference, Weight and Body Percent Fat. *Int Med J*

[Internet]. 2020;25(08):147–54. Available from:  
<https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798>  
<https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002>  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049>  
<http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391>  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>

9. Hanifah NID, Dieny FF. Hubungan Total Asupan Serat, Serat Larut Air (Soluble), dan Serat Tidak Larut Air (Insoluble) dengan Kejadian Sindrom Metabolik pada Remaja Obesitas. *J Nutr Coll* [Internet]. 2016;5(3):148–55. Available from: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
10. Zaki I, Wati TW, Kurniawati TF, Putri WP, Khansa I. Diet Tinggi Serat Menurunkan Berat Badan pada Obesitas. *J Gizi dan Kuliner (Journal Nutr Culinary)*. 2022;2(2):9.
11. Paudel D, Dhungana B, Caffè M, Krishnan P. A Review of Health-Beneficial Properties of Oats. *Foods*. 2021;10(11):1–23.
12. Rasane P, Jha A, Sabikhi L, Kumar A, Unnikrishnan VS. Nutritional advantages of oats and opportunities for its processing as value added foods - a review. *J Food Sci Technol*. 2015;52(2):662–75.
13. Li X, Cai X, Ma X, Jing L, Gu J, Bao L, et al. Short-and Long-Term Effects of Wholegrain Oat Intake on Weight Management and Glucolipid Metabolism in Overweight Type-2 Diabetics: A Randomized Control Trial. *Nutrients*. 2016;8(9):1–14.
14. Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. Peraturan Badan Pengawas Obat Dan Makanan Nomor 34 Tahun 2019 Tentang Kategori Pangan. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia; 2019. 1–308 p.
15. Hervelly, Garnida Y, Nastiti AG. KARAKTERISTIK FLAKES YANG DIHASILKAN DARI TEPUNG HANJELI (*Coix lacryma jobi* L.) TERMODIFIKASI DENGAN METODE HEAT MOISTURE TREATMENT. *Pas Food Technol J*. 2020;7(1):33–7.

16. P2PTM Kemenkes RI. Apa itu Obesitas? [Internet]. 2018. Available from: <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-itu-obesitas>
17. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Kegemukan dan Obesitas pada Anak Sekolah. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2012.
18. Fitria DA, Berawi KN. Hubungan Obesitas Terhadap Keseimbangan Postural. *JIMKI J Ilm Mhs Kedokt Indones*. 2019;7(2):76–89.
19. Burhaein E, Saleh M. Optimalisasi Pengaturan Gizi Dan Aktivitas Olahraga Untuk Mengatasi Obesitas Anak Tunagrahita. *Semin Nas Gizi*. 2017;11–21.
20. World Health Organization (WHO). The Asia – Pacific perspective: redefining obesity and its treatment. Sydney: Health Communications Australia; 2000.
21. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Klasifikasi Obesitas setelah pengukuran IMT [Internet]. Jakarta : Menteri Kesehatan RI. 2018. Available from: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>
22. Saraswati SK, Rahmaningrum FD, Pahsya MNZ, Paramitha N, Wulansari A, Ristantya AR, et al. Literature Review : Faktor Risiko Penyebab Obesitas. *Media Kesehat Masy Indones*. 2021;20(1):70–4.
23. Wiardani NK, Kusumajaya AAN. Pola Konsumsi Dan Status Obesitas pada Pemandu Wisata di Kabupaten Badung Provinsi Bali. *J Nutr*. 2018;20(1):12–8.
24. Pramono A, Sulchan M. Kontribusi Makanan Jajan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Kota Semarang. *Gizi Indones*. 2014;37(2):129–36.
25. Puspitasari N. Faktor Kejadian Obesitas Sentral pada Usia Dewasa. *HIGEIA (Journal Public Heal Res Dev)*. 2018;2(2):249–59.

26. Dali AO. Faktor Risiko Kejadian Obesitas Dan Efek Morbiditas Pada Perempuan Dewasa Di Kota Gorontalo Tahun 2017 [Internet]. Digital Repository Universitas Hasanuddin. Universitas Hasanuddin; 2017. Available from: [http://digilib.unhas.ac.id/uploaded\\_files/temporary/DigitalCollection/MDIyNGI2ZWlxNWJlY0MTg3YmNjNzRhYjlkOGNmNDY0MzRhOWEwYQ==.pdf](http://digilib.unhas.ac.id/uploaded_files/temporary/DigitalCollection/MDIyNGI2ZWlxNWJlY0MTg3YmNjNzRhYjlkOGNmNDY0MzRhOWEwYQ==.pdf)
27. Kemenkes RI. Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015.
28. Rahayu P, Utomo M, Setiawan MR. Hubungan Antara Faktor Karakteristik, Hipertensi dan Obesitas dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Soewondo Kendal. *J Kedokt Muhammadiyah* [Internet]. 2012;1(2):26–32. Available from: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/kedokteran/article/view/1302>
29. Prananta IGNACP. Menghindari Resiko Obesitas Dengan Mengukur Indeks Masa Tubuh. *J Pendidik Kesehat Rekreasi*. 2015;1:21–7.
30. Zulfahmidah, Fajriansyah, Makmun A, Rasfahyana. Hubungan Obesitas dan Stress Oksidatif. *UMI Med J*. 2021;6(1):62–9.
31. Rahmawati A. Mekanisme Terjadinya Inflamasi Dan Stres Oksidatif Pada Obesitas. *el-Hayah*. 2014;5(1):1–8.
32. Ifadah RA, Wiratara PRW, Afgani CA. Ulasan Ilmiah: Antosianin dan Manfaatnya untuk Kesehatan. *J Teknol Pengolah Pertan*. 2021;3(2):11–21.
33. Priska M, Peni N, Carvallo L, Ngapa YD. Review: Antosianin dan Pemanfaatannya. *Cakra Kim (Indonesian E-Journal Appl Chem)*. 2018;6(2):79–97.
34. Samber LN, Semangun H, Prasetyo B. Karakteristik Antosianin Sebagai Pewarna Alami. *Semin Nas X Pendidik Biol FKIP UNS*

[Internet]. 2011;41(4):1–4. Available from:  
<https://jurnal.uns.ac.id/prosbi/article/view/6428>

35. Suryana MR. Ekstraksi Antosianin Pada Bunga Telang (*Clitoria Ternatea* L.): Sebuah Ulasan. *Pas Food Technol J.* 2021;8(2):45–50.
36. Sari TR, Rachmi NAA, Syarief O, EM GP, Pusparini P. Purple Blacksoy Layered Pancake Sebagai Alternatif Makanan Sumber Antosianin dan Isoflavon Untuk Mencegah Kanker. *J Ris Kesehat Poltekkes Depkes Bandung.* 2019;11(2):22–32.
37. Sriyanti, Damayanthi E, Anwar F. Status antioksidan dan oksidatif laki-laki yang mengalami kegemukan dengan pemberian minuman rosela ungu. *J Gizi Indones (The Indones J Nutr.* 2019;7(2):76–85.
38. Yildiz E, Guldaz M, Ellergezen P, Acar AG, Gurbuz O. Obesity-associated Pathways of Anthocyanins. *Food Sci Technol.* 2021;41:1–13.
39. Kwon SH, Ahn IS, Kim SO, Kong CS, Chung HY, Do MS, et al. Anti-obesity and hypolipidemic effects of black soybean anthocyanins. *J Med Food [Internet].* 2007 Sep;10(3):552–6. Available from:  
<http://www.liebertpub.com/doi/10.1089/jmf.2006.147>
40. Sugiyanto MK, Sumual MF, Djarkasi GSS. PENGARUH SUHU PASTEURISASI TERHADAP PROFIL DAN AKTIVITAS ANTIOKSIDAN PUREE BUAH NAGA MERAH. *J Teknol Pertan [Internet].* 2020;11(2):101–7. Available from:  
<http://pertanian.pontianakkota.go.id/produk-unggulan-detil/4-lidah-buaya.html>  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23956527/>  
<http://jnp.fapet.unsoed.ac.id/index.php/psv/article/view/1655>
41. Suhartatik N, Karyantina M, Mustofa A, Cahyanto MN, Raharjo S, Rahayu ES. STABILITAS EKSTRAK ANTOSIANIN BERAS KETAN (*Oryza sativa* var. *glutinosa*) HITAM SELAMA PROSES PEMANASAN DAN PENYIMPANAN. *AGRITECH.* 2013;33(4):384–90.

42. Sardi M, Tobing MNB, Putri A widani, Nasution AM, Pratiwi A, Butar KAB, et al. Klaim Kandungan Zat Gizi pada Berbagai Kudapan (Snack) Tinggi Serat : Literature Review. *J Andaliman J Gizi Pangan, Klin dan Masy [Internet]*. 2021;1(1):39–45. Available from: <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jgpkm/article/view/24924>
43. Sunarti. *Serat Pangan dalam Penanganan Sindrom Metabolik*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2018.
44. Dhingra D, Michael M, Rajput H, Patil RT. Dietary fibre in foods: A review. *J Food Sci Technol*. 2012;49(3):255–66.
45. Santoso IA. SERAT PANGAN (DIETARY FIBER) DAN MANFAATNYA BAGI KESEHATAN. *Magistra*. 2011;75:35–40.
46. Kementerian Kesehatan RI. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2019.
47. Rahmah AD, Rezal F, Rasma. Perilaku Konsumsi Serat Pada Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2017. *J Ilm Mhs Kesehat Masy*. 2017;2(6):1–10.
48. Rizqiya F, Syafiq A. Asumsi Serat Sebagai Faktor Dominan Obesitas Perempuan Pralansia. *J Manaj Kesehat Yayasan RSDr Soetomo*. 2019;5(1):6–17.
49. Jeser TA, Santoso AH. Hubungan asupan serat dalam buah dan sayur dengan obesitas pada usia 20-45 tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat. *Tarumanagara Med J*. 2021;4(1):164–71.
50. Putriningtyas ND, Aeni S, Puspaningtyas DE. Susu Kacang Tanah Efektif Menurunkan Berat Badan dan Kadar Glukosa Darah Remaja Putri Overweight. *Sport Nutr J*. 2019;1(1):33–9.

51. Sari DM, Panunggal B. Hubungan Asupan Serat, Natrium, dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas dengan Hipertensi pada Anak Sekolah Dasar. *J Nutr Coll*. 2013;2(4):467–73.
52. Kanino D. Pengaruh Konsentrasi Ragi Pada Pembuatan Tape Ketan. *J Penelit dan Pengemb Agrokompleks*. 2019;1(1):64–71.
53. Iqrimah N, Purwadi, Radiati LE. Penambahan Sari Tape Ketan Hitam dan Waktu Pemeraman pada Susu Kambing Ditinjau dari pH, Viskositas dan Mutu Organoleptik. *J Ilmu dan Teknol Has Ternak*. 2013;8(1):9–18.
54. Trinovani E, Afifah RR, Fauziyah RN. DETERMINATION OF ANTOSIANIN TOTAL LEVELS AND ANTIOXIDANT ACTIVITIES IN BLACK GLUTINOUS RICE EXTRACT AND FERMENTED BLACK GLUTINOUS RICE EXTRACT. *Int Med J [Internet]*. 2020;25(5):255. Available from: <https://www.seronijihou.com/article/determination-of-antosianin-total-levels-and-antioxidant-activities-in-black-glutinous-rice-extract-and-fermented-black-glutinous-rice-extract>
55. Kementerian Kesehatan RI. Tabel Komposisi Pangan Indonesia [Internet]. 2017. Available from: [https://www.panganku.org/id-ID/semua\\_nutrisi](https://www.panganku.org/id-ID/semua_nutrisi)
56. Fauziah N, Slanikovita AK. Muffin Berbahan Dasar Tape Ketan Hitam dan Beras Hitam Sumber Antioksidan dan Serat. Mulyo GPE, editor. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung; 2019.
57. Azis A, Izzati M, Haryanti S. Aktivitas Antioksidan Dan Nilai Gizi Dari Beberapa Jenis Beras Dan Millet Sebagai Bahan Pangan Fungsional Indonesia. *J Biol [Internet]*. 2015;4(1):45–61. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/biologi/article/view/19400>
58. Ningsih RM, Radiati LE, Awwaly KU AI. PENAMBAHAN SARI TAPE KETAN HITAM PADA SUSU KAMBING DAN LAMA PEMERAMAN TERHADAP TOTAL KHAMIR, KEASAMAN DAN TOTAL GULA.

Universitas Brawijaya; 2013.

59. Widyastuti LA, Nugroho WA, Rilianti AP. Oats-Bekatul Sebagai Pangan Fungsional. *Pelita - J Penelit Mhs UNY*. 2010;5(2):1–10.
60. Utami AA, Muninggar DLP, Yuniarti. Literature Review: Pengaruh Konsumsi Oatmeal Terhadap Kadar Kolesterol Total dan Berat Badan. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetik, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bandung, Bandung; 2020.
61. USDA. Basic Report 20038, Oats. 2019.
62. AKG FKM UI. Healthy Snack : Granola [Internet]. 2020. Available from: <https://akg.fkm.ui.ac.id/healthy-snack-granola/>
63. Rahmawati I. Granola Bites [Internet]. Available from: [https://cookpad.com/id/resep/13525525-granola-bites?ref=search&search\\_term=granola bite](https://cookpad.com/id/resep/13525525-granola-bites?ref=search&search_term=granola bite)
64. Badan Standardisasi Nasional. SNI 2886-2015 Syarat Mutu dan Cara Uji Makanan Ringan Ekstrudat [Internet]. Jakarta; 2015. Available from: <https://akses-sni.bsn.go.id/viewsni/baca/6161>
65. Triyas S, N.A CA, Soeyono RD, Astuti N. Pemanfaatan Tepung Pangan Lokal pada Kue Semprit. *J Tata Boga [Internet]*. 2021;10(1):59–66. Available from: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-tata-boga/article/view/37808>
66. Suryono C, Ningrum L, Dewi TR. Uji Kesukaan dan Organoleptik Terhadap 5 Kemasan Dan Produk Kepulauan Seribu Secara Deskriptif. *J Pariwisata*. 2018;5(2):95–106.
67. Amelia S. FORMULASI PRODUK ROTI TAWAR TAPE KETAN HITAM TEPUNG UBI UNGU SERTA ANALISIS KANDUNGAN SERAT DAN ANTOSIANIN SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN SELINGAN PADA OBESITAS SKRIPSI. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung; 2021.



68. Ayustaningwarno F. *Teknologi Pangan; Teori Praktis dan Aplikasi*. Yogyakarta: GRAHA ILMU; 2014.
69. Badan Standardisasi Nasional. SNI 01-2346-2006\_Rev. 2011 Petunjuk Pengujian Organoleptik [Internet]. 2006. Available from: <https://akses-sni.bsn.go.id/viewsni/baca/3138>
70. Setiawati H, Marsono Y, Sutedja AM. KADAR ANTOSIANIN DAN AKTIVITAS ANTIOKSIDAN FLAKE BERAS MERAH DAN BERAS KETAN HITAM DENGAN VARIASI SUHU PEREBUSAN. *J Teknol Pangan dan Gizi* [Internet]. 2013;12(1):29–38. Available from: <https://doi.org/10.33508/jtpg.v12i1.1478>
71. Suzery M, Lestari S, Bambang C. Penentuan Total Antosianin Dari Kelopak Bunga Rosela (*Hibiscus Sabdariffa* L) Dengan Metode Maserasi dan Sokshletasi. *J Sains dan Mat*. 2010;18(1):1–6.
72. Kusumastuty I, Budhi Harti L, Ayu Misrina S. Perbedaan Kandungan Serat Pangan pada Makanan Siap Saji Khas Indonesia yang Dianalisis dengan Menggunakan Nutrisurvey dan Enzimatik Gravimetri. *Maj Kesehat FKUB*. 2016;3(4):196–203.
73. Jelita K. VERIFIKASI METODE ANALISIS SERAT PANGAN DENGAN METODE AOAC DAN ASP TERHADAP PARAMETER REPEATABILITY, SELEKTIVITAS, DAN RUGGEDNESS. Bogor: Institut Pertanian Bogor; 2011.
74. Nurjanah, Jacob AM, Hidayat T, Chrystiawan R. PERUBAHAN KOMPONEN SERAT RUMPUT LAUT *Caulerpa* sp. (DARI TUAL, MALUKU) AKIBAT PROSES PEREBUSAN. *J Ilmu dan Teknol Kelaut Trop*. 2018;10(1):35–48.
75. Hariadi H. Analisis Kandungan Gizi Dan Organoleptik “Cookies” Tepung Mocaf (Modified Cassava Flour) Dan Brokoli (*Brassica oleracea* L) Dengan Penambahan Tepung Kacang Hijau (*Phaseolus radiatus* L). *J Agrotek Indones* [Internet]. 2017 Jun 13;2(2):98–105. Available from:

<https://journal.unsika.ac.id/index.php/agrotek/article/view/1180>

76. Adna Ridhani M, Aini N. Potensi Penambahan Berbagai Jenis Gula Terhadap Sifat Sensori Dan Fisikokimia Roti Manis: Review. *Pas Food Technol J.* 2021;8(3):61–8.
77. Wardani NK, Susanti R, Iswari RS, Rusminingsih A. Pengaruh Lama Perendaman dan Jenis Pembungkus terhadap Kadar Etanol Tape Ketan. *Life Sci.* 2022;11(1):30–8.