

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. dan Wirjatmadi, B. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Akmal, H.F. 2012. *Perbedaan Asupan Energi, Protein, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Antara Lansia Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Senam Bugar Lansia*. Karya Tulis Ilmiah. FK Universitas Diponegoro.
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Anderson, J.J.B. *Nutrition and Bone Health*. In: Mahan LK, Escott-Stump S, editors. *Krause's Food and Nutrition Therapy*. 12th ed. St. Louis: Saunders Elsevier; 2008; p. 614-635.
- Andriani, R. 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepadatan Tulang pada Lansia Awal di Puskesmas Pisangan Tangerang Selatan Tahun 2016*. Skripsi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Arisman. 2009. *Gizi Dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi Ed. 2*. Jakarta: EGC.
- BPS. 2013. *Proyeksi Penduduk Indonesia Indonesia Population Projection 2010-2035*. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Charoenphandu, N. 2007. *Physical Activity and Exercise Affect Intestinal Calcium Absorption: A Perspective Review*. *Journal of Sport Science and Tecnology*. 7 (1&2) : 171-181.
- Citerawati, Y.W., Setijowati, N. dan Fadhilah, E. 2014. *Hubungan Asupan Sumber Kalsium dengan Kejadian Menarche pada Remaja Putri*. Skripsi Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya.
- Departemen Kesehatan Dan Kesejahteraan Sosial RI. 2002. *Gizi Seimbang Menuju Hidup Sehat bagi Usia Lanjut*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Depkes RI. 1996. *Pedoman Praktis Pemantauan Gizi Orang Dewasa*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Depkes RI. 2004. *Kecenderungan Osteoporosis di Indonesia 6 Kali Lebih Tinggi dibandingkan Negeri Belanda*. Jakarta: Litbangkes.
- Depkes RI. 2012. *Pedoman Pelayanan Gizi Lanjut Usia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewi, A.B.F.K., Pujiastuti, N. dan Fajar, I. 2013. *Ilmu Gizi Untuk Praktisis Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Faizah, L.N. dan Fitriani, D.Y. 2015. *Hubungan Asupan Protein, Fosfor, dan Kalsium dengan Kepadatan Tulang pada Wanita Dewasa Awal*. *Journal of Nutrition College*, Volume 4, Nomor 2, Halaman 335 – 341.

- Fajar, I., Isnaeni., Pudjirahayu, A., Asmin, I., Sunindya, R.B. dan Aswin, A. 2009. *Statistika Untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Gropper, S.S., Smith, J.L. and Groff, J.L. *Advanced Nutrition and Human Metabolism*. 5th ed. Australia : Wadsworth. 2009; p.429-467.
- Guyton, A. 2000. *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit*. Jakarta: EGC
- Hartatik, S. 2016. *Tingkat Pengetahuan, Tingkat Konsumsi Energi, Protein Pasien Ginjal Kronik Hemodialisis Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling Gizi di Rumah Sakit Umum Daerah DR. Iskak Tulungagung*. Skripsi Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Malang.
- Hartono, A. 1993. *Ilmu Gizi & Diet Hubungannya Dengan Penyakit-Penyakit untuk Perawat dan Dokter*. Yayasan Essentia Medica.
- Helmi, Z. N. 2012. *Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayati, K.R., Soviana, E. dan Mardiyati, N.S. 2016. *Hubungan Antara Asupan Kalsium dan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Dismenore pada Siswi di SMK Batik 2 Surakarta*. Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-761, Vol, 1, No. 2.
- Hoger and Hoeger. 2005. *Lifetime Physical Fitness and Wellness, a Personalized Prog*, Edisi ke-5. Thomson Wadsworth, USA.
- Istiany, A. dan Ruslianti. 2013. *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Janice, L.T., Melinda, M.M. and Linda, A.V. *The Science Of Nutrition 2nd ed*. USA: Pearson Education, Inc 2008. P410-437.
- Karlina. 2011. *Hubungan Konsumsi Susu dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi dan Densitas Tulang Remaja di Asrama Tingkat Persiapan Bersama (TPB) Institut Pertanian Bogor (IPB)*. Skripsi Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.
- Khomsan, A. 2000. *Tehnik Pengukuran Pengetahuan Gizi*. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Fakultas Pertanian, IPB, Bogor.
- Kosnayani, A. S. 2007. *Hubungan Asupan Kalsium, Aktivitas Fisik, Paritas, Indeks Massa Tubuh dan Kepadatan Tulang pada Wanita Pascamenopause*. Tesis Magister Gizi Masyarakat, Universitas Diponegoro.
- Limbong, E.A. dan Syahrul, F. 2015. *Osteoporosis menurut Indeks Massa Tubuh, Paritas, dan Konsumsi Kafein*. Jurnal Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, Vol. 3, No. 2 Mei, 194-204.
- Mangoenprasodjo, A.S. 2005. *Mengisi Hari Tua Dengan Bahagia*. Yogyakarta: Pradipta Publishing.
- Marjan, A.Q. 2013. *Hubungan antara Pola Konsumsi Pangan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Osteoporosis pada Lansia di Panti Werdha Bogor*. Skripsi Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.

- Menteri Kesehatan RI. 2008. Nomor 1142/MENKES/SK/XII/2008. *Tentang Pedoman Pengendalian Osteoporosis*.
- Mulyani, E.Y. dan Damayanti, D. 2010. *Osteoporosis, Konsumsi Susu, Jenis Kelamin, Umur, dan Daerah, di DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur*. Nutrire Diaita, Volume 2 Nomor 1 April.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, I. S. P. Dan Muniroh, L. 2017. *Hubungan Konsumsi Pangan Sumber Kalsium dan Aktivitas Fisik dengan Kepadatan Tulang Lacto Ovo Vegetarian di Yayasan Budha Tzu Chi Surabaya*. Jurnal Media Gizi Indonesia, Volume 12 Nomor 1.
- Nurrahmani, U. 2015. *STOP! Osteoporosis*. Yogyakarta: Familia.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004 Tentang Pelaksanaan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia.
- Prasetya, D., Wirjatmadi, B. dan Adriani, M. 2015. *Pengaruh Pemberian Susu yang Difortifikasi (Kalsium dan Vitamin D) dan Senam Osteoporosis terhadap Kepadatan Tulang pada Wanita Pra Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuwang Kabupaten Sampang*. Jurnal Ilmiah Kedokteran Volume 4 Nomor 1.
- Prasetyo, W.E. 2013. *Hubungan Antara Tingkat Pendapatan Dan Pengeluaran Pangan-Non Pangan Keluarga Dengan Status Gizi Anak Prasekolah Di Kelurahan Semanggi Dan Sangkrah, Kecamatan Pasar Kliwon, Surakarta*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pratiwi, R. 2014. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Osteoporosis di Puskesmas Pondok Betung Tahun 2014*. Skripsi. FK Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Pusat Data dan Informasi. 2015. *Data & Kondisi Penyakit Osteoporosis di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ramania, N. S., Pramana, Y., Apriantono, T. Dan Karim, D.A. 2016. *Intensitas Aktifitas Fisik terhadap Resiko Kejadian Osteoporosis pada Kelompok Usia 40-70 Tahun*. Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan, Volume 1 Nomer 1.
- Ramayulis, R., Pramantara, D.I. dan Pangastuti, R. 2011. *Asupan Vitamin, Mineral, Rasio Asupan Kalsium dan Fosfor dan Hubungannya dengan Kepadatan Mineral Tulang Kalkaneus Wanita*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Volume 7, Nomor 3.
- Rukmoyo, T. 2012. *Buku Ajar Osteoporosis*. Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Sari, D.P., Kusudaryati, D.P.D. dan Noviyanti, R.D. 2018. *Hubungan Kualitas Tidur dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Setrorejo*. Media Publikasi Penelitian, Volume 15 Nomor 2.

- Sari, E.M., Juffrie, M. Nurani, N. dan Sitaresmi, M. N. 2016. *Asupan Protein, Kalsium dan Fosfor pada Anak Stunting dan Tidak Stunting Usia 24 – 59 bulan*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol 12, No. 4.
- Setyawati, B., Julianti, E.D dan Adha, D. 2013. *Faktor yang Berhubungan dengan Densitas Mineral Tulang Perempuan Dewasa Muda Di Kota Bogor*, Penelitian Gizi dan Makanan, Vol. 36 (2): 149-156.
- Sihombing, B. dan Ginting, G. 2017. *Manajemen Osteoporosis pada Lansia*. Fakultas Kedokteran Sumatera Utara, Universitas Sumatera Utara.
- Sugiarto, R.W. 2015. *Latihan Beban Bagi Penderita Osteoporosis*. Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 11, Nomor 2.
- Suiraka, I.P. 2012. *Penyakit Degeneratif Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Suroto. 2004. *Pengertian Senam, Manfaat Senam dan Urutan Gerakan Unit Pelaksana Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Tandra, H. 2009. *Osteoporosis Mengenal, Mengatasi, dan Mencegah Tulang Keropos*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Valentina, N.K., Assa, Y.A. dan Paruntu, M.E. 2015. *Gambaran Kadar Fosfor Darah pada Lanjut Usia 60 – 70 Tahun*. Jurnal e-Biomedik, Volume 3, Nomor 2.
- Wardhana, W. 2012. *Faktor-Faktor Risiko Osteoporosis pada Pasien dengan Usia Diatas 50 Tahun*. Skripsi Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Winarno, F.G. 1991. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Winarno, F.G. 1997. *Keamanan Pangan*, ITB : Bandung.
- Wirakusumah, E.S. 2007. *Mencegah OSTEOPOROSIS Lengkap dengan 39 Jus & 38 Resep Masakan*. Depok: Penebar Swadaya.
- Yatim, F.L. 2003. *Osteoporosis (Penyakit Kerapuhan Tulang) pada Manula*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Zaviera, F. 2013. *Osteoporosis: Deteksi Dini, Penanganan, dan Terapi Praktis*. Jogjakarta: Katahati.