

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- A.Lauer, S. P. (2014). *Design basics*. USA: Cenvo Publisher Service.
- Dr. Antar Venus, M. (2004). *Manajemen kampanye: panduan teoritis dan praktis dalam mengefektifkan kampanye komunikasi*. Bandung : Remaja Rosdakarya Offset.
- IDEO. (2015). *The field guide to human-centered design: Design kit*. Canada: IDEO.
- Ilhamsyah. (2021). *Pengantar strategi kreatif advertising era digital*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Muhammad, H. F. (2021). *Diet mediterania (teori dan aplikasi bagi masyarakat Indonesia)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Pramudji Hastuti, D. C. (2020). *Lipoproterin, apolipoprotein, dan sindrom metabolik*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Putra, R. W. (2021). *Pengantar desain komunikasi visual dan penerapan*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- R.I., K. K. (2020). *Buku informasi mengaplikasikan prinsip dasar desain* . Jakarta Selatan: Direktorat Jenderal Pembinaan Pelatihan dan Produktivitas.
- Samara, T. (2014). *Design elements: A graphic style manual (2nd ed.)*. Beverly, MA: Rockport Publishers.
- W.Creswell, J. (2014). *Research design*. USA: Sage Publications.

Jurnal

- Connie W. Tsao, A. W.-M.-N. (2022). Heart disease and stroke statistics—2022 update: A report from the American heart association. *Ahajournals.org*. Diakses dari <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIR.0000000000001052>
- Fahad, M. (2018). Hubungan pola makan dengan metabolic syndrome dan gambaran aktivitas fisik anggota klub senam jantung. *UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Diakses dari <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25899/1/MUHAMMAD%20FAHAD-fkik.pdf>
- I.G.A Sagung Kusuma Dewi, I. P. (2018). Pola makan berhubungan dengan sindrom metabolik pada lanjut usia di poliklinik Geriatri RSUP Sanglah

- Denpasar. *Jurnal Gizi Klinik*, 105. Diakses dari <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/17718>
- K.G.M.M. Alberti, FRCP, Robert H. Eckel, MD, FAHA, Scott M. Grundy, PhD, Sidney C. Smith. (2009). Harmonizing the metabolic syndrome. *American Heart Association, Circulation*, 1640-1645. Diakses dari <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/CIRCULATIONAHA.109.192644>
- Labibah, D. I. (2016). Diet mediterania dan manfaatnya terhadap kesehatan jantung dan kardiovaskular. *Universitas Lampung*, 189.
- Mustaqim. (2016). Metode penelitian gabungan kuantitatif & kualitatif suatu pendekatan alternatif. *Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang*, 3.
- Noviantika, V. (2020). Analisis hubungan perilaku sedentari dengan tekanan darah tinggi, obesitas sentral, dan glukosa darah puasa terganggu sebagai komponen sindrom metabolik pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran. *Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar*, 6.
- Nursanyoto, P. P. (2018). Peranan gizi dalam penuaan dini. *Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Denpasar*, 2(1), 61. Diakses dari https://poltekkes-denpasar.ac.id/wp-content/uploads/2017/12/sugiani_JIG-Vol-3-No-1-Feb-2012-final.pdf
- Nurzakiah, V. H. (2021). Literature Review: Pengaruh pola makan terhadap sindrom metabolik. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat; jurnal UMJ*, 1(2), 216. doi: 8638-22515-2-PB/UMJ
- Nutrition, P. H. (2011). Mediterranean diet pyramid today. Science and cultural updates. *Public Health Nutrition*. 14(12), 2274-2282. Diakses dari <https://doi.org/10.1017/S1368980011002515>
- Rahma Listyandini, F. D. (2020). Asupan makan, stress, dan aktivitas fisik dengan sindrom metabolik pada pekerja di Jakarta. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1) 19. Diakses dari <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AN-NUR>
- Rini, S. (2019). Sindrom metabolik. *Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung*, 4(4), 88. doi: 586-1154-1-SM/J-Majority
- Saklayen, M. G. (2018). The global epidemic of the metabolic syndrome. *Current Hypertension Reports*, 1. doi: 10.1007/s11906-018-0812-z
- Selatan, D. K. (2022). Jumlah penduduk per kecamatan Kota Tangerang Selatan. *Disdukcapil Kota Tangerang Selatan*. Diakses dari <https://disdukcapil.tangerangselatankota.go.id/uploads/demografi/KESELURUHAN1662371785401>

Shidiq, K. M. (2022). Efektifitas diet mediterania terhadap metabolic syndrome (MetS) pada dewasa dan lanjut usia . *Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah*, 5. Diakses dari <https://eprints.ums.ac.id/98654/10/Naskah%20Publikasi>

Suhaema, H. M. (2019). Pola konsumsi dengan terjadinya sindrom metabolik di Indonesia. *Artikel Penelitian Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Mataram*, 9(4), 341. Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/39921-ID-pola-konsumsi-dengan-terjadinya-sindrom-metabolik>

Website

Ahmad. (2022). *Pengertian konsumsi: fungsi, ciri dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Retrieved from Gramedia.com: <https://www.gramedia.com/literasi/pengertian-konsumsi/>

Contributor, A. M. (2016, January 7). *ASN news*. Retrieved from Living the mediterranean lifestyle: <https://nutrition.org/living-mediterranean-lifestyle/>

Dwinanda, A. C. (2023, Januari 10). *6 tahun berturut dinobatkan sebagai diet tersehat, ini cara terapkan diet mediterania*. Retrieved from Republika.co.id: <https://ameera.republika.co.id/berita/ro7qkk414/6-tahun-berturut-dinobatkan-sebagai-diet-tersehat-ini-cara-terapkan-diet-mediterania>

Irmina. (2022, Februari 12). *Tanya kenapa: Kenapa semakin tua, semakin mudah gemuk*. Retrieved from SMP Katolik Santo Petrus: <https://smpksantopetrusjember.sch.id/jurnal/baca/tanya-kenapa-kenapa-semakin-tua-semakin-mudah-gemuk>

Jakarta, B. D. (2021). *Jumlah penduduk provinsi DKI Jakarta menurut kelompok umur dan jenis kelamin 2019-2021*. Retrieved from BPS DKI Jakarta: <https://jakarta.bps.go.id/indicator/12/111/1/jumlah-penduduk-provinsi-dki-jakarta-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin.html>

Karadsheh, S. (2020, December 23). *5 basics of the mediterranean lifestyle: A mediterranean girl's perspective*. Retrieved from The Mediterranean Dish: <https://www.themediterraneandish.com/5-basics-mediterranean-lifestyle-mediterranean-girls-perspective/>

Kompas. (2017, 9 20). *Orang "mapan" lebih merasakan manfaat diet mediterania*. Retrieved from Kompas.com: <https://lifestyle.kompas.com/read/2017/09/20/150000720/orang-mapan-lebih-merasakan-manfaat-diet-mediterania>

- Kusumawardhani, A. (2018, November). *Gaya belanja 2018: Konsumen usia ini paling optimistis*. Retrieved from Bisnis.com: <https://ekonomi.bisnis.com/read/20171115/12/709626/gaya-belanja-2018-konsumen-usia-ini-paling-optimistis>
- Lole. (2020, December 6). *What are stylescapes*. Retrieved from <https://thefutur.com/blog/what-are-stylescapes>
- McLeod, S. (2020, December 6). *Maslow's hierarchy of needs*. Retrieved from <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>
- Mulyadi, I. (2019, June). *Melakukan segmentasi dengan demografi*. Retrieved from Marketing.co.id: <https://www.marketing.co.id/demografi-segmen-menengah-atas/>
- Nariswari, S. L. (2023, 01 16). *Panduan diet mediterania dengan menu makanan Indonesia*. Retrieved from Kompas.com: <https://lifestyle.kompas.com/read/2023/01/16/065218520/panduan-diet-mediterania-dengan-menu-makanan-indonesia?page=all>
- Nasrudin, A. (2022, April 13). *Values, attitudes and lifestyles (VALS): Kategori dan mengapa penting*. Retrieved from Cerdasco: <https://cerdasco.com/delapan-kategori-dalam-segmentasi-psikografis-menggunakan-vals/>
- Pacheco, J. F. (2021, August 31). *Medium*. Retrieved from IDEO Human-Centered Design (HCD) Design Process: <https://medium.com/juanpacheco/ideo-human-centered-design-hcd-design-process-a27eae26e3da>
- Riani, A. (2023, Jan 5). *Diet terbaik 2023 terungkap, pola makan mediterania juara 6 tahun berturut-turut*. Retrieved from Liputan6.com: <https://www.liputan6.com/lifestyle/read/5171615/diet-terbaik-2023-terungkap-pola-makan-mediterania-juara-6-tahun-berturut-turut#:~:text=Diet%20Mediterania%20tidak%20berfokus%20pada,zaitun%2C%20dan%20biji%2Dbijian.>
- Theeboom, S. (2014, July). *French supermarket hilariously promotes ugly produce*. Retrieved from First We Feast: <https://firstwefeast.com/eat/2014/07/french-supermarket-hilariously-promotes-ugly-produce>
- World Health Organization. (2022, September 16). *World health organization*. Retrieved from Noncommunicable diseases: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>