

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Pitdin. 2014 *Studi Analisis Kondisi Fisik (VO₂max) Atlet Futsal SMAN 1 Putri Hijau Kabupaten Bengkulu Utara Tahun Ajaran 2013-2014*. Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu
- Akinpelu AO, OO Oyewole, dan KS Oritogum. 2007. *Relationship Between Cardiorespiratory Fitness and Blood Pressure of Nigerian Adolescents*. Nigerian Journal of Medical Rehabilitation Vol. 12 No 1&2
- Andhika. 2010. *Analisis Status Gizi dan VO₂max Pada Pemain Sepakbola*. FIK: UNESA
- Anspaugh, David J, et al. 1997. *WELLNESS Concept and Application*. New York, USA: McGraw-Hill Book Company
- Ardania, Adinda. 2010. *Hubungan Pola Diet Vegetarian dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebugaran pada kelompok Dewasa Muda di Pusdiklat Maitreyawira Jakarta Barat Tahun 2010*. Depok: Skripsi Program Sarjana FKM UI.
- Ardi. 2011. *Hubungan Antara Karakteristik Atlet, Tingkat Kecukupan Gizi, dan Status Gizi dengan tingkat kebugaran Atlet Sepakbola di SMA Ragunana Jakarta Selatan*. Skripsi Program Sarjana Gizi Institut Pertanian Bogor. Bogor: FEMA IPB
- Astrand & Rodhal, K. 2006. *The Physiology of Work. London*. Newyork: Taylor and Francis Ind
- Astrand, Per-Olof. 1992. *Physical Activity and Fitness*. American Journal Clinical Nutrition
- Astrand.1997. *Textbook of Work Physiology-Physiological Bases of Exercise, Neuromuscular Function*. 2nd Edition. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Borodulin, K. 2006. *Physical Activity, Fitness, Abdominal Obesity, and Cardiovascular Risk Factors In Finish Men and Women* [dissertation]. Helsinki (Finland): University of Helsinki
- Bouzubar, Fawji F. 2003. *Self-Reported Fatigue in Individuals with Knee Osteoarthritis*. Pittsburgh, USA: University of Pittsburgh.
- Brouns, F. dan W. Saris. 1989. *How Vitamins Affect Performance*. The Journal of Sports Medicine and physical Fitness, 29

- Brown, Judith E., et al. 2005. *Nutrition Through The Life cycle Second Edition*. New York, USA: Thomson Wadsworth.
- Brownlie, Thomas, Utermohlen Virginia, Hinton, S. Pamela, Giordano C, Haas, D. Jere. 2002. *Marginal Iron Deficiency Without Anemia Impairs Aerobic Adaption Among Previously Untrained Women*. American Journal Clinical Nutrition
- Cavill, Nick, et al. 2006. *Physical Activity and Health in Europe: Evidence for Action*. WHO Regional Office for Europe
- Chatterjee, Satipati, Chatterjee Pratima, and Bandyopadhyay, A. 2005. *Cardiorespiratory Fitness of Obese Boys*. *Indian J Physiol Pharmacol*
- Cooper, KH. 1983. *The Aerobic Ways*, New York: M Evans and Company, Inc: 30.
- Corbin, Charles B. dkk. 2000. *Fundamental Concepts of Fitness and Wellness*. New York: McGraw-Hill Humanities
- Davis, B. et al. 2000. *Physical Education and the Study of Sport*. UK: Harcourt Publisher Ltd.
- DEPDIKNAS. 2007. *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani
- Departemen Kesehatan RI. 1998. *Pelatihan Olahraga*. Jakarta: Depkes 1998
- _____.2002. *Gizi Atlet Sepak Bola*. Jakarta: Depkes 2002
- _____.2002. *Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan
- _____. 2002. *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*
- _____.2004. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*.
- _____.2004. *Tabel Angka Kecukupan Gizi 2004 bagi Orang Indonesia*
- _____. 2012. *Peningkatan Kebugaran Jasmani di Tempat Kerja Panduan bagi Dokter dan Perawat*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Kerja dan Olahraga. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- _____. 2013. *Tabel Angka Kecukupan Gizi*.

- Dewi, Evi Komala. 2013. *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Terhadap Kebugaran Atlet Bulutangkis Jaya Raya pada Atlet Laki-laki dan Perempuan di Asrama Atlet Ragunan Tahun 2013*. Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul
- Djarum. 2011. *Standard dan Tata Cara Test Kebugaran*. 23 Agustus 2011.
- Eric J Van der Beek, MD. 1988. *Thiamin, Riboflavin, and Vitamin B6 and C: Impact of Combined Restricted Intake On Functional Performance in Man*. The American Journal of Clinical Nutrition 48: 1451-62
- Fatmah. 2011. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung, Indonesia: Penerbit Lubuk Agung
- FAO/WHO/UNU. 2001. *Human Energy Requirements*. WHO Technical Report Series, no. 724. Geneva: World Health Organization
- Fink, Heather Hedrick, et al. 2006. *Practical Application in Sports Nutrition*. Massachusetts, USA: Jones and Bartlett Publisher.
- Gibson, Rosalind S. 2005. *Principles of Nutritional Assessments*. New York, USA: Oxford University Press.
- Gorten, M. K, and J. E. Bradley. 1954. *The Treatment of Nutritional Anemia in Infancy and Childhood with Oral Iron and Ascorbic Acid*. Journal of Pediatrics.
- Griwijoyo, Y.S.S. 1992. *Ilmu Faal Olahraga*. Buku Perkuliahan Mahasiswa FPOK- IKIP Bandung
- Guerra, S, et al. 2002. *Relationship Between Cardiorespiratory Fitness, Body Composition and Blood Pressure In School Children*. Journal Sports Medicine Physical Fitness, 42(2).
- Gulati, Martha M. D., MS., et al. 2010. *Heart Rate Response to Exercise Stress Testing In a Symptomatic Women*. Circulation, 122, 130-137.
- Gustiana, Chandra. 2012. *Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Futsal SMA Negeri 16 Bandung*. Universitas Pendidikan Indonesia. Repository.upi.edu
- Gutin, Bernard, Barbeau Paule, Owens Scott, Lemmon, R. Christian, Bauman Mara, Allison Jerry, Kang Hyun-Sik, and Litaker, S.Mark. 2002. *Effects of Exercise Intensity On Cardiovascular Fitness, Total Body Composition, and Visceral Adiposity of Obese Adolescents*. American Journal Clinical Nutrition, 75, 818-26
- Gutin, Bernard, Yin Zenong, Humphries, C. Matthew, and Barbeau Paule. 2005. *Relations of Moderate and Vigorous Physical Activity to Fitness and*

Fatness in Adolescents Composition and Visceral Adiposity of Obese Adolescent. American Journal Clinical Nutrition, 81, 746-50

Güvenç, Alpay, Acikada Caner, Aslan Alper, and Özer Kamil. 2011. *Daily Physical Activity and Physical Fitness in 11-to 15-year-old Trained and Untrained Turkish Boys.* Journal Sports Science and Medicine, 10, 502-514

Guyton AC, Hall JE. 1997. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran.* Alih bahasa: Setiawan I, Tengadi KA, Santosos A. Jakarta: EGC

Haskel, William L, dan Michaela Kiernan. 2002. *Methodologic Issues in Measuring Physical Activity and Physical Fitness when Evaluating the role of dietary supplements for Physically Active People.* American Journal Clinical Nutrition, 72, 541S-50S

Hanna, Yosefin. 2009. *Hubungan Antara Konsumsi Suplemen Vitamin, Mineral, serta Minuman Berenergi dengan Kebugaran Jasmani pada Atlet Cabang Olahraga Akuatik di Stadion Renang Gelora Bung Karno Senayan, Jakarta Tahun 2009.* Skripsi Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Depok: FKM UI

Hanum, Faiz Nur. 2011. *Hubungan Karakteristik Atlet, Pengetahuan Gizi, Konsumsi Pangan, dan Tingkat Kecukupan Gizi Terhadap Kebugaran Atlet Bola Basket di SMP/SMA Ragunan Jakarta Selatan.* Skripsi Program Sarjana Gizi Institut Pertanian Bogor. Bogor: FEMA IPB

Hapsari, M., ST. Penggalih & E.Huriyati. 2007. *Gaya Hidup, Status Gizi dan Stamina Atlet pada Sebuah Klub Sepak Bola.* Berita Kedokteran Masyarakat, 23 (40), hal. 192-199

Harsono. 1996. *Latihan Kondisi Fisik.* Jakarta: PIO-KONI Pusat

Haryono, Iswahyudi, dkk. 2007. *Gaya Hidup, Status Gizi, dan Stamina Atlet pada Sebuah Klub Sepakbola. Program Studi Gizi Kesehatan.* Yogyakarta: FK UGM

Hastono, S.P. 2006. *Basic Data Analysis for Health Research.* Universitas Indonesia (UI): Fakultas Kesehatan Masyarakat

Hoeger, Werner W.K, Sharon A. Hoeger, dan Marie A. Boyle. 2001. *Selected Chapter From Personal Nutrition: Principles and Labs For Fitness and Wellness.* USA: Wadsworth Group.

Hoeger Hoeger, Werner W.K dan Sharon A. Hoeger. 2009. *Fitness and Wellness.* Colorado, USA: Morton Pulbhising Company

- Hussey, J., Bell, C., Bennett, K., and O'Dwyer, J. 2007. *Relationship Between The Intensity Of Physical Activity, Inactivity, Cardiorespiratory Fitness And Body Composition In 7-10-Year-Old Dublin Children*. Br J Sports Med; 41(5):311-316.
- Himes, John H. 1991. *Anthropometric Assessment of Nutritional of Nutritional Status*. New York, USA: Willey Liss, Inc
- Indrawagita, Larasati. 2009. *Hubungan Status Gizi, Asupan Gizi, dan Aktivitas Fisik pada Mahasiswi Program Studi Gizi FKMUI Tahun 2009*. Depok: Skripsi Program Sarjana FKM UI.
- Irianto, Djoko P. 2007. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Irawan, A. 2007. *Nutrisi, Energi dan Performa Olahraga*. Polton Sport Science dan Performance Lab
- Ita. 2009. *Hubungan Antara Asupan Energi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT), Persen Lemak Tubuh, dan Kapasitas Oksigen Maksimal (VO₂max) Atlet Pada Periode Latihn di Pusat Pelatihan Klub Bola Basket Satria Muda Britama Jakarta*. Program Studi Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada
- Kaleta, Dorota, Teresa Makowiec-Debrowska, dan Anna J. 2004. *Leisure-time physical activity, cardiorespiratory fitness and work ability: a study inrandomly selected residents of Lodz*. International Journal Occupational Medicine and Environmental Health
- Koger, Robert. 2007. *Latihan Dasar Sepakbola Remaja*. Saka Mitra Kompetensi
- KONI. 2003. *Pelaksanaan dan Hasil Program Pelatihan Olahraga*. KONI Pusat, Jakarta
- Koley, Shyamal. 2007. *Association Of Cardio Respiratory Fitness, Body Composition and Blood Pressure In Collegiate Population of Amritsar, Punjab, India*. Journal of Biological Anthropology
- Konig, D., Väjsänen, Bouchard, C. Halle, M, Lakka. TA, Baumstark, MW, Alen. M, Berg. A, Rauramaa, R. 2003. *Cardiorespiratory Fitness Modifies The Association Between Dietary Fat Intake and Plasma Fatty Acids*. European Journal Clinical Nutrition.
- Kusumawati, M, Kushartanti, BM. Wara, Noerhadi, Moch. 2005. *Hubungan Antara Pola Konsumsi Protein dan Fe dengan Daya Tahan Jantung Paru Atlet Sepakbola PS. Semen Padang Tahun 2003*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia

- Lamb, D. R. 1984. *Physiology of exercise Respons and Adaptation*, 2th Edition. New York: Macmillan Publishing Company
- Lee, Jung Min Lee. 2008. *Alidation of The Cosmed Fitmate for Predicting Maximal Oxygen Consumption*. Knoxville, USA: The University of Tennessee
- Lloyd, Tom, et al. 1998. *Fruit Consumption, Fitness, and Cardiovascular Health in Female Adolescents: The penn State Young Women's Health Study*. American Journal of Clinical Nutrition
- Liu, C.M, dan Lin K.F. 2007. *Estimation of VO₂max a comparative analysis of post-exercise heart rate and physical fitness index from 3-minute step test*. Journal Exercise Science Fitness, 5 (2).
- Meilani, Liana. 1996. *Pengaruh Modifikasi Penimbunan Karbohidrat Terhadap Lamanya Melakukan Tes Treadmill Pada Atlet Sepakbola Tahun 1996*. Tesis Program Pasca Sarjana Kesehatan Masyarakat. Depok: FKM UI
- McDonald, David G & James A. Hodgson. 1991. *Psychological Effect of Aerobic Fitness Training Research and Theory*. New York: Springer-Verlag
- Mielke, Danny. 2007. *Dasar-dasar Sepakbola*. Eastern Oregon University
- Mongsidi, W. 2007. *Analisis Status Gizi dan Hubungannya dengan Kemampuan Tubuh Menggunakan Oksigen Secara Maksimal*. Indonesian Scientific Journal Database.
- Mood, Dale P, et al. 2003. *Sports and Recreational Activities*. New York, USA: McGraw-Hills Companies
- Mustakim. 2010. *Hubungan Antara Status Gizi, Aktivitas Fisik, dan Asupan Gizi dengan Kebugaran pada Siswa/I Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kabupaten Sragen pada Tahun 2010*. Depok: Skripsi Program Sarjana FKM UI.
- Mulyono B. 2009. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) dan UPT UNS Press.
- Nafita, Deby Prabu. 2012. *Pengaruh Pemberian Suplementasi Fe dan Vitamin C Terhadap Nilai Estimasi VO₂max Atlet Sepakbola Laki-laki Sekolah Khusus Olahragawan Ragunan Jakarta Selatan Tahun 2012*. Depok: FKM UI
- Niedziocha, Laura. 2011. *Gender Vs Level of Cardiovascular Fitness*.

- Nieman, David C. 2011. *Exercise Testing and Prescription: A Health Related Approach*. New York, USA: McGraw-Hill Company Inc
- Notoatmodjo S. 2002. *Metode Penelitian Kesehatan*. Rhineka Cipta, Jakarta
- Nurwidyastuti, Dinda. 2012. *Hubungan Konsumsi Zat Gizi, Status Gizi, Status Gizi, dan Faktor-faktor lain dengan Status Kebugaran Mahasiswa Departemen Arsitektur Fakultas Teknik Universitas Indonesia Tahun 2012*. Depok: FKM UI
- Permaesih, Dewi. 1997. *Model Prediksi Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi pada Suatu Kelompok Tertentu*. Depok: Tesis Program Pascasarjana FKM UI.
- Permaesih. 2007. *Pengaruh Nilai Kapasitas Paru Terhadap Perubahan Fisiologis Tubuh Terhadap Prestasi Atlet*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, Vol 29
- Pertiwi, Arum Bunga. 2012. *Pengaruh Asupan Makan (Energi, Karbohidrat, Protein, dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (VO₂max) Atlet Sepak Bola*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran. Semarang: Universitas Diponegoro
- Plowman, Sharon A. dan Denise L. Smith. 2011. *Exercise Physiology*. Philadelphia, USA: Lippincott Williams & Wilkins
- Pribis, Peter, Carol A, Burtnack, Sonya O. McKenzie and Jerome Thayer. 2010. *Trends in Body Fat, Body Mass Index and Physical Fitness Among Male and female College Students*. *Nutrients*, 2, 1075-1085.
- Putra, Rangga Nuansa dan Amalia, Leily. 2014. *Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Frekuensi Olahraga dengan Daya Tahan Kardiorespirasi dan Massa Otot Pada Mahasiswa IPB*. Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA). Jurnal Gizi dan Pangan
- Ramayulis, R. 2008. *Gizi dan Kebugaran*. Pelatihan Gizi Olahraga
- RISKESDAS. 2010. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan DEPKES RI*. Jakarta
- Riyanto, Agus. 2010. *Aplikasi Metode Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika: Yogyakarta
- Rowland M.D, Thomas W. 1996. *Development Exercise Physiology*. Illinois, USA: Human Kinetics
- Ruiz, Jonathan R, et al. 2006. *Relations of Total Physical Activity and Intensity to Fitness and fatness in Children: the European youth heart study*. *American Journal Clinical Nutrition*, 84, 299-303

- Santosa, Griwijoyo dkk. 2007. *Ilmu Kesehatan Olahraga Sport Medicine Edisi 1*. Bandung: Tim Pengajar Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Santosa, Griwijoyo. 2007. *Ilmu Faal Olahraga Sports Physiology Edisi 7*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sharkey, B. J. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sinamo, Eko Cipako. 2012. *Hubungan Antara Status Gizi, Asupan Gizi dan Aktivitas Fisik dengan VO₂max Pada Mahasiswa Program Studi Gizi FKM UI Tahun 2012*. Depok: FKM UI
- Siregar, Sofian. 2013. *Statistik Parametrik Untuk Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Slattery, Martha L., et al. 1992. *Associations of Body Fat and Its Distribution with Dietary Intake, Physical Activity, Alcohol, and Smoking in Blacks and Whites*. American Journal Clinical Nutrition, 55, 943-9
- Smokeout. 2000. *When Athletes Smoke*. The Great American Smoke Out
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Afabeta CV
- Sundari, Aristi. 2003. *Studi Tentang Gaya Hidup, Pola Konsumsi Pangan, dan Status Gizi Siswa SMU Negeri 3 Bogor*. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Suntoda, Andi S. M.Pd. 2009. *Tes, Pengukuran, dan Evaluasi Dalam Cabang Olahraga*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Bandung: UPI
- Supariasa, I Dewa Nyoman, et al. 2002. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kedokteran EGC
- Supriyono. S.KM. M.Kes. 2007. *Mempersiapkan Makanan Bagi Atlet Sepakbola*. Depkes RI
- Syaifudin. 1996. *Anatomi Fisiologi – Untuk Siswa Perawat Edisi II*. Jakarta: EGC Kedokteran
- Thalacker-Mercer, Anna E, Fleet, James C, Craig, Bruce A, Carnell, Nadine S, and Campbell, Wayne W. 2007. *Inadequate Protein Intake Affects Skeletal Muscle Transcript Profiles In Older Humans*. American Journal Clinical Nutrition, 85, 1344-52

- Thomas, G. 1989. *Theory of Physical Preparation for Volleyball*. Lausanne: Federation International the Volleyball
- Utoro, Bayu Febri. 2011. *Pengaruh Penerapan Carbohydrate Loading Modifikasi Terhadap Kesegaran Jasmani Atlet Sepakbola*. Semarang: Skripsi Program Studi Ilmu gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- Wardlaw and Hampl. 1999. *Perspective in Nutrition*. New York: McGraw-Hills Companies
- _____. 2007. *Perspective in Nutrition*. New York: McGraw-Hills Companies
- Wardlaw, Gordon M. 2002. *Perspective in Nutrition*. Ohio State University
- Widiastuti, Putu Ayu dkk. 2009. *Pola Makan dan Kebugaran Jasmani Atlet Pencak Silat Selama Pelatihan Daerah Pekan Olahraga Nasional XVII Provinsi Bali Tahun 2008*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia.
- Wijayanti, Kusuma. 2006. *Model Prediksi VO₂max dengan Persen Lemak Tubuh RLPP, dan IMT (Data Pemeriksaan Kebugaran Jasmani PNS Depdiknas Tahun 2005)*. Depok: Tesis Program Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Williams, Melivin H. 2002. *Nutrition for Health, Fitness, and Sport*. New York, USA: McGraw-Hill Higher Education
- Wootton, S. 1988. *Nutrition for Sport*. Sydney: Pty Ltd
- Worthington-Roberts, Bennie S, dan Sue Rodwell Williams. 2000. *Nutrition Throughout The Life Cycle*. New York, USA: McGraw-hills Companies
- Zhu, Y. Isabel dan Haas, Jere D. 1997. *Iron Depletion Without Anemia and Physical Performance in Young Women*. The American Journal of Clinical Nutrition