

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., & Manadji, A. (1994). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Depdikbud: Jakarta.
- Acarya, A. A. (1991). *Makanan untuk Kejernihan Pikiran : Filsafat Vegetaris*. Jakarta: Persatuan Ananda Marga Indonesia.
- ADA. (2009). Position of the American Dietetic Association and Dietitians of Canada: Vegetarian Diets. *Journal of the American Dietetic* , 1266-1282.
- Agustin, A. M. (2017). *Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas IX SMA Negeri 13 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*. Lampung: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
- AKG. (2013). *Angka Kecukupan Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Almatsier, S. (2005). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. (2006). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi, edisi ke-6*. Jakarta: PT Gramedia.
- Almatsier, S., Susirah, S., & Soekatri, M. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Anggraini, L., Lestariana, W., & Susetyowati. (2015). Asupan gizi dan status gizi vegetarian pada komunitas vegetarian di Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* , 143-149.
- Arca, N. A. (2008). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas Berdasarkan Lemak Tubuh pada Pria 40-45 Tahun di Kantor DIRJEN Zeni TNI AD Tahun 2008*. Jakarta: FKM Universitas Indonesia.
- Asmika, Nugroho, F. A., & Virgianto, R. A. (2012). Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Terhadap Kebugaran Atlet Sepak Bola Persik Kediri U-21. *Jurnal Kesehatan* .
- Astrand, P. d. (1986). *Textbook of Work Physiology. 3rd edition*. New York: McGraw .
- Azizin, I. (2014). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 02 Nomor 02* , 17-22.
- Bangun, A. P. (2003). *Pola Hidup Sehat Berpantang Daging Edisi ke-1*. Jakarta: Agro Media Pustaka.
- Barclay, L. (2003). Low Blood Levels of Vitamin C Linked to Mortality. *American Journal of Clinical Nutrition* , 999-1010.

- Brouns, F., & Saris, W. (1989). How vitamins affect performance. *Journal of Sports Medicine and physical Fitness* , 400-404.
- Burkert, N. T., Muckenhuber, J., Grobschadl, F., Rasky, E., & Freidl, W. (2014). The Association between Eating Behavior and Various Health Parameters: A Matched Sample Study. *PLOS ONE* , 1-7.
- Chen, J. (2000). *Vitamin: Effect of Exercise on Requirements*. Oxford: Blackwell Science Ltd.
- Clarys, P., Deliens, T., Huybrechts, I., Deriemaeker, P., Vanaelst, B., Keyzer, W. D., et al. (2014). Comparison of Nutritional Quality of the Vegan, Vegetarian, Semi-Vegetarian, Pesco-Vegetarian and Omnivorous Diet . *Nutrients* , 1318-1332.
- Cooper, K. H. (1983). *Aerobics*. Jakarta: PT Gramedia.
- Craig, W. J. (2009). Health Effects Of Vegan Diets. *Journal Of Clinical Nutrition* 89 , 1627S-1633S.
- Cynthia. (2010). *Pengaruh Pemberian Suplemen Besi terhadap Kelelahan Otot (Skripsi)*. Semarang: Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Dedeh. (2010). *Sehat Dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: PT Penerbit Sarana Bobo.
- Depkes. (1997). *Gizi Olahraga untuk Prestasi*. Jakarta: Direktorat Jendral Pembinaan Kesehatan Masyarakat.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dewi, E. K., & Kuswari, M. (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. *Nutrire Diaita* , 94-112.
- Dhara, S., & Chatterjee, K. (2015). A Study of Vo<sub>2</sub>max in Relation with Body Mass Index (BMI) of Physical Education Students. *Research Journal of Physical Education Science* , Vol. 3 No. 6 9-12.
- Fatemi, S., Ryzen, E., Flores, J., David, E. B., & Rude, R. K. (1991). Effect of Experimental Human Magnesium Depletion on Parathyroid Hormone Secretion and 1,25-Dihydroxyvitamin D Metabolism. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* , 1067-1072.
- Fatmah, R. Y. (2011). *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Jawa Barat: Lubuk Agung.
- Gum, J. G. (2004). Magnesium in cardiovascular and other disorders. *Am J Health Syst Pharm* , 1569-1576.

- Hallberg, B., Sandstrom, & J, P. A. (1994). Iron, Zinc and Other Trace Elements. *Human Nutrition and Dietetic* , 177-192.
- Hermanto, R. A., & Rahayuningsih, H. M. (2012). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kesehatan Jasmani pada Wanita Vegetarian. *Journal of Nutrition College* , 38-45.
- Intan, S. D., Rohmawati, N., & Ningtyis, F. W. (2016). *Hubungan antara Tingkat Konsumsi Makanan, Suplemen dan Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani*. Jember: Universitas Jember.
- Isdaryanti, C. (2007). *Asupan Energi, Protein, Status Gizi dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar Arjuwinangan I Pacitan (Skripsi)*. Yogyakarta: FK UGM.
- Jannah, M. (2011). *Perbedaan Asupan Zat Gizi dan Nongizi yang Berkaitan dengan Kadar Hemoglobin Vegetarian Vegan dan Nonvegan*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Jannah, M. (2011). *Perbedaan Asupan Zat Gizi dan Nongizi yang Berkaitan dengan Kadar Hemoglobin Vegetarian Vegan dan Nonvegan*. Semarang: Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Kemenkes. (2013). *RISKESDAS 2013*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khomsan, A., Dwiriani, M., & Yayuk, F. (2004). *Pengantar Gizi dan Pangan*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Kittler, P. G., & Sucher, K. P. (2004). *Food and Culture*. Canada: Cengage Learning.
- Kosasih, E. (1985). *Olahraga Teknik dan Prasarana Latihan*. Jakarta: CV Akademika Pressindo.
- Kusharisupeni. (2008). *Gizi Dalam Daur Kehidupan (Prinsip-Prinsip Dasar) dalam Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kuswari, M. (2016). Penilaian Status Kebugaran Anak Sekolah Dasar Duri Kepa. *Jurnal Abdimas Volume 3 Nomor 1* , 68-72.
- Laxmi, C. C., Udaya, I. B., & Shankar, V. S. (2014). Effect of Body Mass Index on Cardiorespiratory Fitness in Young healthy Males. *International Journal of Scientific and Research Publications* , Vol.2 No. 2 1-4.
- Levine, B. (2007). VO<sub>2</sub>max: What Do We Know, and What Do We Still Need to Know. *Journal of Physiol* 586 , 25-34.
- Moeloek, D., & Tjoronegoro, A. (1984). *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: 19990.
- Muizzah, L. (2013). *Hubungan antara Kebugaran dengan Status Gizi dan Aktifitas Fisik pada Mahasiswi Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah*

- Tahun 2013 (Skripsi)*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah.
- Musaqim, E. Y., & Wahyuni, E. S. (2013). Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) dengan Kebugaran Jasmani pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Bangsal. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* , Vol. 1 No. 3 637-640.
- Nai, H. M., Adhi, K. T., & Sutiari, N. K. (2011). Kecukupan Asupan Gizi Remaja Vegetarian dan Nonvegetarian di Yayasan Sri Sathya Sai Bali Tahun 2011. *Indonesian Journal of Public Health* , Vol.1 No.1 43-49.
- Nugroho, F. A., Handayani, D., & Apriani, Y. (2015). Asupan Protein Nabati dan Kejadian Anemia Wanita Usia Subur Vegan. *Jurnal Gizi Pangan Volume 10 Nomor 3* , 165-170.
- Nurfadli, R. R., Jayanti, S., & Suroto. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Frekuensi Olahraga terhadap Kebugaran Jasmani Pekerja Konstruksi di PT. PP (Persero) TBK Proyek Apartemen Pinnacle Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* , Vol.3 No. 1 445-453.
- Nurwidyastuti, W. (2012). *Hubangan Konsumsi Zat Gizi, dan Faktor-Faktor Lain dengan Status Kebugaran Mahasiswa Departemen Arsitektur Fakultas Teknik Universitas Indonesia Tahun 2012*. 2012: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Perry, C. L., McGuire, T. M., Szainer, D. N., & Story, M. (2001). Characteristics of Vegetarian Adolescents in a Multiethnic Urban Population. *Journal Of Adolescent Helath* , 406-416.
- Pradigo, G., Suyanto, & Haslinda, L. (2015). Korelasi antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Tekanan Darah pada Komunitas Vegetarian Dewasa di Kota Pekanbaru. *JOM FK* , 1-16.
- Purwanto, H., & Suharjana, F. (2008). Kebugaran Jasmani Mahasiswa D II PGSD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 5 Nomor 2* , 64-73.
- Radjen, S., Radjen, G., Vannovic, Z., Radakovic, S., Vasiljevic, N., & Stojanovic, D. (2011). Journal Effect of Iron Supplementation on Maximal Oxygen Uptake in Female Athletes. *Military Medical & Pharmaceutical Journal of Serbia & Montenegro* .
- Reinhart, R. A. (1991). Clinical Correlates of The Molecular and Cellular Actions of Magnesium on The Cardiovascular System. *American Heart Journal* , 1513-1521.
- RI, D. (1997). *Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta: Direktorat Jendral Pembinaan Kesehatan Masyarakat.
- Sabate, J. (2001). *Vegetarian Nutrition*. London: CRC Press.

- Sari, I. D., Rohmawati, N., & Ningtyas, F. W. (2016). *Hubungan antara Tingkat Konsumsi Makanan, Suplemen dan Status Gizi dengan*. Jember: Gizi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember.
- Sarwono, S. W. (2006). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2001). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Sediaoetama, A. (1985). *Ilmu Gizi. Jilid I*. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.
- Sharkey, B. J. (2011). *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Shils, M. E. (1990). Magnesium. *Present Knowledge in Nutrition Sixth Edition*. Washington: D.C : ILSI.
- Sinaga, F. A. (2013). *Hubungan Antara Kadar Hemoglobin dengan Tingkat Vo2max Atlet PPLM Provinsi Sumatera Utara*. Medan: Universitas negeri Medan.
- Sinamo, E. C. (2012). *Hubungan antara Status Gizi, Asupan Gizi dan Aktifitas Fisik dengan Vo2max pada Mahasiswa Program Studi FKM UI 2012 (Skripsi)*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Sitoayu, L., & Sudiarti, T. (2016). Studi Validasi Pengukuran Antropometri dan Model Prediksi terhadap Persen Lemak Tubuh BIA Pada Siswa MTs Dan MA Multiteknik Yayasan Asih Putera Cimahi Tahun 2012. *Forum Ilmiah Volume 13 Nomor 2* , 64-75.
- Soetjningsih. (2004). *Buku Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Soetjningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sudarno. (1992). *Pendidikan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sugiarto. (2012). Hubungan Asupan Energi, Protein dan Suplemen dengan Tingkat Kebugaran. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* , 94-101.
- Sugiyono. (2002). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2004). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugondo, S. (2006). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam : Obesitas Jilid III*. Jakarta: FKUI.

- Sukmajati, R. P. (2015). *Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro dan Komposisi Lemak Tubuh dengan Tingkat Kebugaran Mahasiswa Di UKM Sepakbola UNY (Skripsi)*. Solo: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sulistiono, A. A. (2014). Kebugaran Jasmani Siswa Pendidikan Dasar dan Menengah di Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Volume 20 Nomor 2* , 223-233.
- Sulistiono, A. A. (2014). Prediksi Aktivitas Fisik Sehari-Hari, Umur, Tinggi, Berat Badan dan Jenis Kelamin terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMP di Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Volume 20 No 3* , 381-389.
- Supariasa, Nyoman, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Susianto. (2010). *The Miracle of Vegan Pola Hidup Sehat ala Vegetarian Murni*. Jakarta: Penerbit Qanita.
- Susianto, Wijaya, H., & Mailoa, H. (2007). *Diet Enak Ala Vegetarian*. Jakarta: PT Niaga Swadaya.
- Susilowati. (2007). *Faktor-Faktor Risiko Kesegaran Jasmani Pada Polisi Lalu Lintas di Kota Semarang (Thesis)*. Semarang: Program Pasca Sarjana Diponegoro, Universitas Diponegoro.
- Syafrizar, & Welis, W. (2009). *Gizi Olahraga*. Jakarta: Wineka Media.
- Syagata, A. S. (2011). *Kepadatan Tulang pada Vegetarian Vegan dan non Vegan*. Semarang: Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Thane, C. W., Bates, C. J., & Prentice, A. (2002). *Risk Factors for Low Iron Intake and Poor Iron Status in A National Sample of British Young People Aged 4–18 Years*. Cambridge: Public Health Nutrition.
- Topf, J. M., & Murray, P. T. (2003). Hypomagnesemia and Hypermagnesemia. *Rev Endocr Metab Disord* , 195-206.
- Vaz, M., Pauline, M., Unni, U. S., Parikh, P., Thomas, T., Bharathi, A. V., et al. (2011). Micronutrient Supplementation Improves Physical Performance Measures in Asian Indian School-Age Children. *Journal Of Nutrition* , 2017-2023.
- Wallach, S. (1990). Effects of Magnesium on Skeletal Metabolism. *Magneisum Trace Element* , 1-14.
- Watson, R. (2002). *Anatomi dan Fisiologi untuk Perawat*. Jakarta: EGC Buku Kedokteran.
- Widarini, N. P. (2008). *Asupan Zat Gizi dan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Vegetarian di Kabupaten Badung Propinsi Bali (Thesis)*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.

- Williams, M. H. (1995). *Nutrition for Fitness and Sport (4th Edition)*. USA: Brown & Benchmark Publisher.
- Yani, I. E., Dwiyanti, D., & Hamid, S. (2015). Asupan Zat Gizi dan Kadar Hemoglobin pada Anggota Indonesia Vegetarian Society (IVS) Cabang Padang. *Jurnal Sehat Mandiri* , 103-110.
- Yuliza, E. (2016). *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro Serta Kualitas Tidur dengan Status Kebugaran Atlet Softball di KONI Banten Tahun 2016 (Skripsi)*. Jakarta: Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esaunggul.
- Zhu, Y. I. (1997). Iron Depletion Without Anemia and Physical Performance in Young Women. *The American Journal of Clinical* .
- Zhu, Y. I., & Haas, J. D. (1997). Iron Depletion without Anemia and Physical Performance in Young Woman. *American Journal of Clinical Nutrition* , 334-341.
- Zufianingrum, H. (2016). *Hubungan antara Kadar Hemoglobin Dan Kapasitas Vital Paru dengan Daya Tahan Kardiorespirasi Siswa yang Megikuti Ekstrakulikuler Bola Basket di SMPN 1 Jetis Kabupaten Bantul (Skripsi)*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.