

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F. T., Saichudin, & Sudjana, I. N. (2014). Survei Tingkat Volume Oksigen Maksimal Atlet PorProv Kota Batu. *Jurnal Sport Science* , 130-140.
- Adhikari, A., & Nugent, J. (2015). Anthropometric Characteristic, Body Composition and Somatotype of Canadian Female Soccer Players. *American Journal of Sports Science* , 14-18.
- Ahmadi, Pithdin. (2014). Studi Analisis Kondisi Fisik Atlet Futsal SMAN 1 Putri Hijau Kabupaten Bengkulu Utara Ajaran 2013-2014. *Skripsi Universitas Bengkulu*.
- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Alvarez., et al. (2015). Aerobic Fitness and Performance in Elite Female Futsal Players. *Journal Biology of Sport* , 339-344.
- Amirudin, Susi Susanti. (2011). Hubungan Frekuensi Olahraga Dan Komposisi Tubuh (Indeks Massa Tubuh (Imt) Dan Persen Lemak Tubuh) Dengan Kesegaran Jasmani Pada Siswi SMA. *Skripsi Universitas Diponegoro Semarang*.
- Anggraeni, A.C. (2012). Asuhan Gizi; *Nutritional Care Process*. Graha Ilmu : Yogyakarta.
- Archilona, Yudama Zega. (2014). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Lemak Total. *Jurnal Media Medika Muda. Universitas Diponegoro*. 2, 4 , 90-95.
- BF. Utoro. (2011). Pengaruh Penerapan Carbohydrate Loading Modifikasi terhadap Kesegaran Jasmani Atlet Sepak Bola. *Skripsi Universitas Diponegoro*.
- Bryantara, Oktian Firman. (2016). Faktor yang berhubungan dengan Kebugaran Jasmani (VO_2 Maks) Atlet. *Skripsi Universitas Airlangga Surabaya*.
- Cahyandaru, Yudha Enggar. (2015). Hubungan antara Kecepatan, Kelentukan dan Daya Tahan VO_2 Maks terhadap Prestasi Renang Gaya Bebas 50 Meter di Pusat Pembinaan Atlet Berbakat (PAB) Daerah Istimewa Yogyakarta. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*.

- C. Askok. (2008). *Test Your Physical Fitness*. Delhi: Rudra Computer Graphics.
- Depdiknas. (2003). *Tingkat Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta (ID): Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Departemen Kesehatan R.I. (2004). Angka Kecukupan Gizi (AKG). <http://www.depkes.go.id>.
- Dewi. (2009). Persentase Lemak Tubuh Sebagai Prediktor Tingkat Kesegaran Jasmani pada Remaja Putri. *Skripsi Universitas Diponegoro*.
- Fatmah, Yati Ruhayati. (2011). *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung: Lubuk Agung.
- Giriwijoyo S. Ilmu Faal Olahraga.(2007) Bandung: FPOK-UPI.
- Giriwijoyo, H. Y. S., Sidik, D. Z. (2012). *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Guyton, W.F. (2008). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC
- Heriyanto, MH. (2012). Hubungan asupan gizi dan faktor lain dengan persen lemak tubuh pada mahasiswi prodi gizi dan ilmu komunikasi UI angkatan 2009. *Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat*.
- Indriati, E. (2010). *Antropometri untuk Kedokteran, Keperawatan, Gizi, dan Olahraga*. Yogyakarta: PT. Citra Aji Pratama.
- Irawan, M. A. (2007). Metabolisme Energi Tubuh dan Olahraga. *Journal Sport Science Brief*, 01, 07.
- John D. Tenang. (2008). *Mahir Bermain Futsal*. Bandung. PT. Mizan Pustaka.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI.
- Kreider RB, Wilborn CD, Taylor L, Campbell B, Almada AL, Collins R, Cooke M, Earnest CP, Greenwood M, Kalman DS *et al.*, (2010). ISSN exercise & sports nutrition review: research & recommendations. *Journal Sport Nutrition*. 7:1-7.
- Krustrup P, Nielsen JJ, Krustrup BR, Christensen JF, Pedersen H, Randers MB, Aagaard P, Petersen AM, Nybo L, and Bangsbo J. (2009). Recreational Soccer is An Effective Health-Promoting Activity for Untrained Men. *Journal Sport Nutrition*. 11: 825-831.

- Kusnanik, Nining. (2011). *Dasar-Dasar Fisiologis Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Kusumawati, D. E. (2016). Pengaruh Komposisi Tubuh dengan Tingkat Kebugaran Fisik Pada Mahasiswa Overweight dan Obese di Poltekkes Kemenkes Palu Sulawesi Tengah. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 3,1, 31-37.
- Lesmana, S. I. (2012). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Beban Terhadap Kekuatan dan Daya Tahan Otot Biceps Brachialis Ditinjau dari Perbedaan Gender: Studi Komprasi Pemberian Latihan Beban Metode Delorme dan Metode Oxford pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan dan Fisioterapi, 1-31.
- Lhaksana. (2011). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion.
- Mahendra, Luhut. (2015). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan kelincahan pada Pemain Futsal Pria Usia 19-24 tahun. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Mala, *et al.* (2015). Body Composition of Elite Female Players in Five Different Sports Games. *Journal of human kinetics* , 207-215.
- Mood, Dale P, *et al.* (2013). *Sport and Recreational Activities*. New York, USA: McGraw-Hills Companies.
- Muchlisa, Kesumasari, C., Indriasari, R. (2013). Hubungan asupan zat gizi dengan status gizi pada remaja putri di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. *Jurnal Gizi FKM Universitas Hasanuddin Makassar*. Vol. 1. No. 1, 18-27.
- Mulyana, Boyke, (2007), Prestasi Renang Gaya Bebas, Hubungan Antara Motivasi Berprestasi, Frekuensi Kayuhan, Dan Power Lengan dengan Prestasi Renang 50 Meter Gaya Bebas. *Skripsi Fakultas Pendidikan dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Nasrulloh, Ahmad. (2012). Progam Latihan Body Building dapat Meningkatkan Massa Otot Mahasiswa IKORA FIK UNY, *Jurnal Media Keolahragaan Indonesia Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Nieman, David C. (2011). *Exercise Testing and Prescription, A Health Related Approach*^{7th} Edition. New York, USA: McGraw-Hill Companies.

- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nusantara, R. N. (2014). *Kardiorespirasi Pada Mahasiswa UKM dan Non-UKM Sepakbola IPB. Skripsi Institut Pertanian Bogor*.
- Parizkova, J. (2014). Fatness And Fitness Related to Exercise in Normal and Obese Children and Adolescents. *Journal of King Saud University Science*, 26, 245–253.
- Penggalih *et al.* (2012). Gaya Hidup, Status Gizi dan Stamina Atlet Pada Sebuah Klub Sepak Bola . *Jurnal Media Keolahragaan Indonesia Universitas Gajah Mada*, 4, 192-199.
- Rahmawati, Dini Desia. (2015). Perbedaan persen Lemak Tubuh, Konsumsi Lemak, Karbohidrat dan Air pada Remaja Putri yang Overweight dan Non overweight di Fakultas Ilmu Kesehatan UMS. *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Rahmawati, M. (2015). *Menu Tepat Makanan Atlet 11 Olahraga Terpopuler*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Ramadhan, Rendra Putra. (2013). Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Gizi, Kadar Hb, dan Status Gizi dengan Kapasitas Aerobik (VO_2Max) Atlet di Pemusatan Latihan Daerah (Puslatda) Panjat Tebing 2012. *Skripsi STIKES Surabaya*.
- Riyanto, A. (2013). *Statistik untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- S, A. D., & Rismayanthi, R. C. (2016). Profil Tingkat Volume Oksigen Maksimal dan Kadar Hemoglobin pada Atlet Yongmodo Akademi Militer Magelang. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 2, 20.
- Setiowati, A. (2013). Pengaruh Suplementasi Protein terhadap Komposisi Tubuh pada Atlet, *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3, 3–7.
- Setiowati, A. (2014). Hubungan Indeks Massa Tubuh, Persen Lemak Tubuh, Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4.
- Sugiarto. (2012). Hubungan Asupan Energi, Protein dan Konsumsi Suplemen dengan Tingkat Kebugaran. Semarang. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan*, 2, 2, 94-95.

- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, I. D. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Syafrizal, & Welis, W. (2009). *Gizi Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Truter L, Pienaar AE, Du Toit D. (2010). Relationships between overweight, obesity and physical fitness of nine to twelve-year-old South African children. *SA Fam Pract*. 52(3): 227-233.
- Werner, Hoeger dan Hoeger S.A. (2006). *Principles and Labs for Fitness and Wellness*. USA: Thomson Wadsworth.
- Weatherwax, D. (2008). *Komposisi Tubuh dan Efeknya pada Spektrum Performa Olahraga*. NSCA Sport Nutrition.
- WHO. (2013). *About Cardiovascular Diseases*. World Health Organization.
- Wiarto, Giri. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wijayanti, Kusuma. (2006). Model Prediksi VO_2 Maks dengan Persen Lemak Tubuh, RLPP, dan IMT (Data Pemeriksaan Kebugaran Jasmani PNS Depdiknas. *Tesis. Program Pascasarjana Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia*.
- Wilda W, S. (2009). *Gizi Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Williams, M. H. (2007). *Nutrition for health, fitness & sport* (8th Ed.). New York: The McGraw-Hill.