

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyani. (2012). Pengaruh Pemberian Air Bagi Kebugaran Atlet Sepak Bola. *Jurnal Universitas Semarang*.
- Almatsier, S. (2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Dalam *Cairan Tubuh dan Mineral Mikro* (hal. 220-228). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Amstrong. (2005). Hydration Assesment Technique. *Journal Nutrition Review*, 6.
- Barker, R., & Saffery, G. (2004). *Sports Development and Fitness Options*. Inggris: Hainemann Educational.
- Bellisle, F. et al. (2010). A Study of Fluid Intake from Beverage in a Sample of Healthy Frensh Children, Adolescent and Adults. *European Journal of Clinical Nutrition*, 350-355.
- Benardot, D. (2012). Advanced Sports Nutrition Second Edition. Dalam *Metabolic Needs for Both Power and Endurance* (hal. 325-326). Human Kinetics.
- Berning, J. (2007). *Perspective in Nutrition*. New York: McGrade-Hills.
- Bompa, & Claro. (2009). Periodization in Rugby. Dalam *Water* (hal. 214). Singapur: Meyer & Meyer Sport.
- Briawan, D., Sedayu, T. R., & Ekayanti, I. (2011). Kebiasaan Minum dan Asupan Cairan Remaja di Perkotaan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 36-41.
- Cahanar, R., & Suhanda, I. (2006). *Makan Sehat Hidup Sehat*. Jakarta: Buku Kompas.
- Corbin, C. B., Lindsey, R., & Welk, G. (2000). *Concepts of Fitness and Wellness : A Comprehensive Lifestyle Approach (3rd)*. New York: McGraw Hill.
- Departemen Kesehatan. (2014). *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta: DepKes.
- FAO/WHO/UNU. (2004). *Human Energy Requirement*. Rome: United Nations University.
- Fatmah. (2011). *Buku Panduan Kesehatan Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta.
- Fink, Lisa, & Alan. (2013). *Practical Applications in Sport Nutrition 3rd ed*. Canada: Jones and Bartlett Publishers.
- Griwijoyo, & Ali. (2005). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.

- Hardinsyah. (2010). Air Menjadi Dasar Piramida Gizi Seimbang. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 1-40.
- Hardinsyah. (2012). Faktor Risiko Dehidrasi pada Remaja dan Dewasa Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Ikrami, U. (2013, November 8). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani*. Diambil kembali dari <http://www.Ulfahikrami.blogspot.co.id>
- Jusoh, N. (2014). Relationship between hydration status, hydration knowledge and fluid intake behaviour among school athletes of selected Perak sport schools. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani* , 11-19.
- Kant, A. K., & Graubard, B. I. (2010). Contributors of Water Intake in US Children and Adolescent : Associations with Dietary and Meal Characteristics-National Health and Nutrition Examination Survey 2005-2006. *American Journal of Clinical Nutrition*.
- Keneth, C. (1968). *Aerobics*. New York: Evans and Company.
- Kenney, W. (2008). *Prevalence, Risk Factors, and Strategies to Prevent Dehydration in Older Adults*. Contemp.
- Lieberman, H. R. (2007). Hydration and Cognition : A Critical Review and Recommendations for Future Research. *Journal Of The American College Of Nutrition*, 26.
- Majohan. (2016, Juli). Pengaruh Latihan Lari 12 Menit Terhadap VO<sub>2</sub>Max Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 9 Padang. *Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Jasmani*, 1-14.
- McArdle, W. D. (2006). *Essentials of Exercise Physiology 3rd*. Philadelphia: PAUSA.
- Murray, B. (2007). Hydration and Physical Performance. *Journal of the American College of Nutrition*.
- Nenggala, A. K. (2006). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Dalam *Kebugaran* (hal. 17-23). Grafindo.
- Nikolaidis, T. (2014). Relationship between Nutrition Knowledge and Physical Fitness in Semiprofessional Soccer Players. *The Journal of sports medicine and physical fitness*.

- Piggot, B., McGuigan, Newton, M. J., & R, M. (2015). Relationship Between Physical Capacity and Match Performance in Semiprofessional Australian Rules Football. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 478-482.
- Pook, P. (2012). Complete Conditioning for Rugby. Dalam *Demands of the Game* (hal. 1-203). Human Kinetics.
- Putriana, D. (2014). Konsumsi Cairan Periode Latihan dan Status Hidrasi Setelah Latihan Pada Atlet Sepak Bola Remaja. *Jurnal Universitas Semarang*.
- Radji, M., Oktavia, H., & Suryadi, H. (2008). Pemeriksaan Bakteriologis Air Minum Isi Ulang di Beberapa Depo Air Minum Isi Ulang Daerah Lenteng Agung dan Srengseng Sawah Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Vol V(2)*, 101-109.
- Ramdhan, R. I. (2016). *Hubungan Status Hidrasi serta Konsumsi Cairan pada Atlet Bola Basket Putra dan Putri Kejurda Kelompok Usia 18 Tahun Kabupaten Indramayu*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rinzler, C. A. (2006). *Nutrition of Dummies. 4th edition*. Indiana: Wiley Publishing.
- Riyadi. (2003). Penilaian Gizi secara Antropometri. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Rosmaida. (2011). *Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Konsumsi Air Putih pada Remaja Penghuni Asrama Mahasiswa UI Depok*. Depok: Skripsi, FKM UI.
- Sunaryo. (2004). Psikologi untuk Keperawatan. Dalam *Perilaku* (hal. 25). Jakarta: EGC.
- Tamsuri, A. (2009). Klien Gangguan Keseimbangan Cairan dan Elektrolit. Dalam *Cairan dan Elektrolit dalam Tubuh* (hal. 6-11). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Thompson, J., Manore, M., & Vaughan, L. (2014). *The Science of Nutrition Third Edition*. England: Pearson Education Limited.
- Viandaru. (2010). Pengaruh Kecukupan Hidrasi dan Energi Terhadap Kebugaran Tubuh Manusia pada Mahasiswa Teknik. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Wardlaw, G. M., & Jeffrey, S. H. (2007). *Perspective in Nutrition Seventh Edition*. New York: The Mc Graw Hill Company, Inc.
- Yulia. (2015, Maret 19). *Air Bagi Kehidupan*.

