

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- _____ (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Angkasa, D. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Study Program Of Nutritional Science Faculty Of Health Universitas Esa Unggul.
- Ardania, A. (2010). *Hubungan Pola Diet Vegetarian dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebugaran pada Kelompok Dewasa Muda di Pusdiklat Maitreyawira Jakarta Barat Tahun 2010*. Depok: Program Sarjana FKM UI.
- Arsani, K. A. (2014). Manajemen Gizi Atlit Cabang Olahraga Unggulan di Kabupaten Buleleng. *Journal Sains Teknologi*, Vol 3 No 1 .
- Astrand, P.-O. (1992). Physical Activity and Fitness. *American Journal Clinical Nutrition*, 55 123S-6S.
- Bandyopadhyay, A. (2013). Validity Of 20 Meter Multi-Stage Shuttle Run Test For Estimation Of Maximum Oxygen Uptake In Female University Students. *Indian J Physiol Pharmacol* , Vol 57 (1) : 77 - 83 .
- Bawono, M. N. (2014). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dan Daya Tahan Jantung – Paru Pada Pemain U-17 SSB Bina Muda DIMAS WICAKSONO. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, Vol 2 No 1.
- Blanton, C. A., J.Moshfegh, A., J.Baer, D., & J.Kretsch, M. (2014, July 28). The USDA Automated Multiple-Pass Method Accurately Estimates Group Total Energy and Nutrient Intake. *The Journal of Nutrition*, 2594.
- Calely, E. I. (2015). *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Status Gizi, Aktifitas Fisik Dan Gaya Hidup Terhadap Daya Tahan Kardiorespiratori Pada Mahasiswa UKM Sepakbola Universitas Negeri Lampung Tahun 2015*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Gizi. Universitas Esa Unggul.

- Corbin, C. B. (2000). *Concept Of Fitness and Welness*. New York USA: Mc Graw-Hills Companies.
- DEPDIKNAS. (2007). *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Depkes. (2014). *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Kementerian Kesehatan RI.
- _____. (2010). *Pedoman Pemenuhan Kecukupan Gizi Pekerja Selama Bekerja*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- _____. (2002). *Pedoman Kesehatan Olahraga*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- _____. (1997). *Gizi Olahraga Untuk Prestas*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat.
- Dewantari, N. M., & Desak Putu Sukraniti, I. W. (2013). Hubungan Konsumsi Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Kebugaran Fisik Atlet Bola Basket Dikota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Spirit*.
- Dewi, E. K. (2013). *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Terhadap Kebugaran Atlet Bulutangkis Jaya Raya pada Atlet Laki-laki dan Perempuan di Asrama Atlet Rangunan Tahun 2013*. Jakarta: Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul.
- Ermita. (2004). *Asupan Nutrisi Seimbang Sebagai Upaya Mencegah Kemerosotan Prestasi Olahraga*.
- Fatmah, R. Y. (2011). *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Jawa Barat: Lubuk Agung.
- Fitri, S. (2007). *Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Dengan Ketahanan Fisik Atlet Klub Bola Basket Pupuk Iskandar Nangroe Aceh Darusallam (Pimnad)*. Skripsi, Universitas Esa Unggul, Program Sarjana Ilmu Gizi.
- Gibson, R. s. (2005). *Principle of Nutritional Assessment*. New York, USA: Oxford University Press.
- Guerra S, et. al. (2002). Relationship between Cardiorespiratory fitness, body composition and blood pressure in school children . *Journal Sport Medicine physical fitness*, 42 (2), 207-13.

- Gutin, B., Yin, Z., & Barbeau, M. C. (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*, 746-50, 81.
- Haskell, W., & Kierman, M. (2000). Methodologic issues in measuring physical activity and physical fitness when evaluating the role of dietary supplement for physically active people. *American Journal Clinical Nutrition*, 72, 541S-50S.
- Hanum, F. N. (2011). *Hubungan Karakteristik Atlet, Pengetahuan Gizi, Konsumsi Pangan Dan Tingkat Kecukupan Gizi Terhadap Kebugaran Atlet Bola Basket Di SMA Rangunan Jakarta Selatan*. Fakultas Ekologi Manusia, Departemen Gizi Masyarakat. Institut Pertanian Bogor.
- Husaini, M. A. (1995). *Gizi, Fitness dan Endurance*. Publishing Gizi: Badan Litbangkes.
- Indrawagita, L. (2009). *Hubungan Status Gizi, Aktifitas Fisik dan Asupan Gizi dengan Kebugaran Pada Mahasiswa Program Studi Gizi FKM UI Tahun 2009*. FKM. Depok: UI.
- Irawan, M. A. (2007, Maret 28). Metabolisme Energi Tubuh & Olahragawan. *Sport Science Brief*, Vol 01 No 7. Diambil kembali dari <http://www.pssplab.com>
- Irianto, D. P. (2006). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- KEMENKES. (2014). *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kevin, L., & Louise, R. (2007). A re-appraisal of the reliability of the 20 meter multi-stage Shuttle Run Test. *European Journal of applied Physiology*, 287-292.
- Lubis, V. P. (2012). *Pengaruh Gaya mu Hidup Terhadap Perilaku Merokok Pada Mahasiswi Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Harapan (STIE-Harapan) Medan Tahun 2012*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Medan: Universitas Sumatera Utara.

- Mahardika, W. (2014). Pedagogi Dalam Olahraga Bola Basket. *Jurnal Ilmiah Spirit*, Vol 14 No 3.
- Maniarsu, S. (2011). *Analisi Natrium Benzoat dalam Minuman Isotonik di Kota Medan Tahun 2011*. Fakultas Kedokteran. Universitas Sumatera Utara.
- Mongsidi, W. (2007). Analisis Status Gizi dan Hubungannya dengan Kemampuan Tubuh Menggunakan Oksigen Secara Maksimal. *Indonesia Scientific Journal*.
- Mood, D. P. (t.thn.). *Sports and Recreational Activities*. New York USA: McGraw-Hills Companies.
- Nieman, D. C. (2011). *Exercising Testing And Prescription*. New york; America: McGraw-Hill.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurwidyastuti, D. (2012). *Hubungan Asupan Zat Gizi, Status Gizi Dan Faktor - Faktor Lain Terhadap Status Kebugaran Mahasiswa Departemen Arsitektur*. Universitas Indonesia, Fakultas Teknik.
- Pertiwi, A. B. (2012). *Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (VO₂max) Atlet Sepakbola*. Program Studi Ilmu Gizi. Universitas Diponegoro.
- Priambado, A. (2013). *Tingkat Kesegaran Jasmani Atlet Putra Bolabasket PPLP Jawa Tengah Tahun 2013*. Fakultas Ilmu Olahraga, Pendidikan Keperawatan Olahraga. Universitas Negeri Semarang.
- Pribis, P. C. (2010). Trend in body fat, body mass indeks and physical fitness among male and female college students. *Nutrients*, 2, 1075-1085.
- Putra, Y. S. (2013). *Perbedaan Tes Balke, Tes Cooper Dan Tes Multistage Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Bola Voli Yuso Slemen*. Program Studi Pendidikan Keperawatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- RISKESDAS. (2010). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan DEPKES RI. Jakarta.

- Rizzo, J. R., & Wanberg, J. (2006). Relations Of Total Physical Activity and Intensity to Fitness and Fatness In Children The European Youth Heart Study. *The American Journal Of Clinical Nutrition*.
- Sadli, M. (2012). *Hubungan Antara Asupan Energi, Protein, Status Gizi dan Kesegaran Jasmani Pada Anggota Klub Tennis Meja Satelit dan Salero Star Kota Ternate*. Skripsi, Jurusan Gizi .
- Sembiring, A. S. (2014). *Self Confidence Pada Atlet Basket di Universitas Sumatera Utara*. Fakultas Psikologi. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Shinta, A. (2010). *Efek Penggunaan Suplemen Extra Joss Terhadap Stamina Pada Atlet Sepakbola di Deviasi Utama Persatuan Sepakbola Langkat Tahun 2010*. Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Sihadi. (2006). Sport and Nutrition, Food and Nutrition Research Development Centre Bogor. *Jurnal Kedoktera Yarsi*, Vol 14 No 1.
- Sinamo, E. C. (2012). *Hubungan Antara Status Gizi, Asupan Zat Gizi Dan Aktifitas Fisik Dengan V02max Pada Mahasiswa Program Studi Gizi FKM UI Tahun 2012*. Program Studi Gizi. Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Singh, K. K. (2010). *Pengaruh Penggunaan Minuman Berenergi Dikalangan Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Tahun 2010*. Skripsi, Universitas Sumatera Utara, FKM.
- Siregar, S. (2013). *Statistik Parameter Untuk Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukmajati, R. P. (2015). *Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Dan Komposisi Lemak Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Mahasiswa Di UKM Sepakbola UNY*. Program Studi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sundari, A. (2003). *Studi Tentang Gaya Hidup, Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi Siswa SMU Negeri 3 Bogor*. Skripsi, Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor., Jurusan Gizi Masyarakat, Bogor.
- Supariasa, I. D. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Kedokteran EGC.

- Supriyanti. (2012). *Pengaruh Karakteristik, Kebiasaan Dan Konsumsi Pangan Terhadap Kebugaran Atlet Sepakbola PSBL Langsa*. Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Uliyandari, A. (2009). *Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Perubahan Nilai Konsumsi Oksigen Maksimal VO2MAX Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 11-13 Tahun*. Semarang: Program Pendidikan Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Umasangaji, M. S. (2012). *Hubungan Antara Asupan Energi Protein, Status Gizi Dengan Kesegaran Jasmani Pada Anggota Club Tennis Meja Satelit dan Salero Star Kota Ternate*. Jurusan Gizi Ternate.
- Utama, I. F. (2012). *Urutan Latihan Overhead Lay Up Shot Dan Underhand Lay Up Shot Terhadap Hasil Tembakan Lay Up Shot Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 26 Surakarta* .
- Widyastuti, P. A. (2009). *Pola Makan dan Kebugaran Jasmani Atlet Pencak Silat Selama Pelatihan Daerah Pekan Olahraga Nasional XVII Provinsi Bali Tahun 2008*. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Windarwati, D. (2012). *Gambaran Pengetahuan, Sikap, Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Atlet Olahraga Bela Diri Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Sulawesi Selatan*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Windarwati, D. (2012). *Gambaran Pengetahuan, Sikap, Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Atlet Olahraga Beladiri Pusat Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar Dinas Pemuda dan Olahraga Provinsi Sulawesi Selatan*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Hasanudin Makasar.
- Zulfiyani, L. (2015). *Persepsi Atlet Terhadap Tingkat Kelelahan Pada Multistage Fitness Test Dan Yo-Yo Intermittend Recovery Test Di Timbasket Putra Sma Negeri 4 Yogyakarta*. Program Studi Ilmu Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragawan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.