

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, Ardania. (2010). *“Hubungan pola diet vegetarian dan faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kebugaran pada kelompok dewasa muda di Pusdiklat Maitreyawira Jakarta Barat tahun 2010.”* Depok: Skripsi Program Sarjana FKM Universitas Indonesia.
- AKG. (2013). <http://himagizi.lk.ipb.ac.id/files/2014/01/AKG2013-Hardin-Final-Edit-bersama.pdf>
- Almatsier, Sunita. (2004). *“Prinsip Dasar Ilmu Gizi.”* Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Anggi Fauzi Mukti. (2014). *“Profil Kebugaran Jasmani Dilihat Dari Indeks Massa Tubuh Di SMA Negeri 9 Bandung.”* Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *“Metodelogi penelitian.”* Yogyakarta: Bina Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *“Prosedur Penelitian Suatu pendekatan praktik.”* Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arisman, (2010). *“Gizi Dalam Daur Kehidupan.”* Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Ayu Lestari Astri Wulandari. (2012). *“Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Pada Anak Usia 10-12 Tahun.”* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Cynthia. (2010). *“Pengaruh pemberian suplemen besi terhadap kelelahan otot.”* Semarang: skripsi program pendidikan sarjana kedokteran fakultas kedokteran universitas diponegoro. Tersedia dari URL: <http://eprints.undip.ac.id/23187/>

- Depertemen. Kesehatan. R.I. (2009). *“Sistem kesehatan nasional.”* Jakarta: Depertemen Kesehatan
- Dinda Nurwidyastuti. (2012). *“Hubungan Konsumsi Zat Gizi, Status Gizi, Dan Faktor-Faktor Lain Dengan Status Kebugaran Mahasiswa Departemen Arsitektur Fakultas Teknik Universitas Indonesia Tahun 2012.”* Universitas Indonesia.
- Djoko Pekik Irianto. (2004). *“Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran Dan Kesehatan.”* penerbit andi : Yogyakarta
- Eko Yanuarto Mustaqim. (2013). *“Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) Dengan Kebugaran Jasmani Pada Siswa Ekstarkulikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Bangsal.”* Surabaya: Skripsi Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Surabaya.
- Febri Galuh Kusumaningtyas. (2015). *“Hubungan Antara Asupan Karbohidrat Lemak Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Anak Sekolah Dasar Di Sdn 01 Gayamdompo Karanganyar.”* Surakarta: Skripsi Program Sarjana fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Giriwijoyo, H.Y.S, Dikdik Zafa Sidik. (2013). *“Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga).”* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Giriwijoyo, Santosa. (2012). *“Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga).”* Bandung:
- Hastuti, Nugrahaini Puji, Siti Zulaikah. (2009). *“Hubungan Tingkat Konsumsi Karbohidrat, Protein Dan Lemak Dengan Kesegaran Jasmani Anak Sekolah Dasar Di SDN Kartasura I.”* Jurnal Kesehatan, ISSN 1979-7621, VOL. 2, NO. 1, JUNI 2009 Hal 53.

- Indrawagita, Larasati. (2009). *“Hubungan Status Gizi, dan Aktivitas Fisik pada Mahasiswi Program Studi Gizi FKMUI Tahun 2009.”*Depok: Skripsi Program Sarjana FKM UI.
- Kampar P. (2007). *“Hubungan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani pada mahasiswa angkatan tahun 2003-2006”*. Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Karim, Faizati. (2002). *“Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan.”* Jakarta: Tim Departemen Kesehatan.
- Lanywati, Endang. (2001). *“Insomnia, gangguan sulit tidur.”* Yogyakarta: Kanisius
- Mood, Dale P, et al. (2013). *“Sport and Recreational Activities.”* New York, USA: McGraw-Hills Companies.
- Muhajir. (2007). *“Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.”* Yudhistira ghalia Indonesia:
- Muizzah, Lilik. (2013). *“Hubungan Antara Kebugaran Dengan Status Gizi Dan Aktifitas Fisik Pada Mahasiswi Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 3013.”* Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Murhananto. (2008). *“Dasar dasar permainan futsal.” Kawan pustaka: Jakarta selatan*
- Nieman, David C. (2007). *“Exercise Testing and prescription: A Health Related Approach.”* New York, USA: McGraw-Hills Companies.
- Notoadmodjo. (2005). *“Metodologi Penelitian Kesehatan.”* Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam, (2008). *“Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.”* Jakarta: Salemba Medika.
- Permaesih D, et al. *“ Faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan kardiovaskuler pada pria dewasa.”* (2000) (diunduh 12 Januari 2016). Tersedia dari: URL: <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/BPK/article/view/306346>
- Pertiwi, Arum Bunga. (2012). *“Pengaruh Asupan Makanan (Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (VO₂max) Atlet Sepak Bola.”* Semarang: Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran UNDIP.
- Pribis, Peter, Carol A. Burntack, 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, 10075-1085. 21 Desember 2015. <http://www.mdpi.com/2072-6643/2/10/1075>
- Prosedur beep test. (cited 7 maret 2016) <http://www.manitobasoccer.ca/referees/documents/Beep%20Test%20Instructions.pdf> PT. Remaja Rosdakarya.
- Rahmawati, Rini et al. (ed) (2016). *“Rapid Urbanisation and Sustainable Development in Asia.”* Yogyakarta: Badan Penerbit Fakultas Geografi Universitas Gadjah Mada. <https://books.google.co.id/books?id=bU1gCwAAQBAJ&pg=PA213&dq=moleong+2004+purposive+sampel&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwiI9MuV1JTLAhWEC44KHY4UC6oQ6AEIGzAA#v=onepage&q=moleong%202004%20purposive%20sampel&f=false>
- Retnaningtyas, Rani. (2014). *“Hubungan Kejadian Anemia Dengan Kebugaran Jasmani Dan Prestasi Belajar Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 4*

Batang.” Surakarta: Skripsi Program Sarjana fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Sekaran, Uma. (2006). “*Research Methods for Business.*” Edisi 4. Salemba Empat. Jakarta.

Sinamo Eko Cipako. (2012). “*Hubungan antara Status Gizi Asupan Gizi dan Aktifitas Fisik Dengan Vo2max Pada Mahasiswa Program Studi Gizi FKM UI.*” Depok: Skripsi program sarjana FKM UI.

Sugiyono. (2003). “*Metode Penelitian Bisnis.*” Bandung. Pusat Bahasa Depdiknas.

Sukmajati, Refina Putri. (2015). “*Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Dan Komposisi Lemak Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Mahasiswa Di UKM Sepak bola UNY.*” Surakarta: Skripsi Program Sarjana fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Sulistyawati. (2005). “*Hubungan status gizi (kadar hemoglobin, indeks massa tubuh) dan aktifitas fisik dengan kesegaran jasmani pada siswi SMK Cut Nyak Dien Semarang.*” Semarang: Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.

Supariasa, I Dewa Nyoman, Dkk. (2001). “*Penilaian Status Gizi.*” Jakarta: Buku Kedokteran ECG.

Syahputra, MHD. 2003. “*Biokimia Starvasi.*” Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. (diunduh 23 juni 2016). Tersedia dari: URL: library.usu.ac.id/download/fk/biokimia-syahputra1.pdf

Wahyuningsih, Retno. (2013). “*Penatalaksanaan Diet Pada Pasien.*” Yogyakarta: Graha Ilmu.

WHO, (2010). “*Physical Activity. In Guide to Community Preventive Services.*” http://www.cdc.gov/obesity/downloads/PA_2011_WEB.pdf

- Wicaksono, Sindhu. (2015). *“Perbedaan Olahraga Futsal Di Sore Hari Dan Malam Hari Terhadap Tingkat Insomnia Pada Anggota Klub Futsal Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Surakarta.”* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Widajayanti, Laksmi. (2009). *“Survei Konsumsi Gizi.”* Semarang: BP UNDIP.
- Widiastuti, PutuAyu, 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 2009 vol. VI(1) hal 13-20
- William, Melvin H. (2007). *“Nutrition For Health, fitness, and Sport.”* New York, USA: The McGraw-Hill Companies.
- Wirasasmita, Ricky. (2013). *“Ilmu Urai Olahraga I Analisis Kinetik pada Olahraga.”* Bandung: Alfabeta