

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Bandyopadhyay, A. (2011). *Validity Of 20 Meter Multi-Stage Shuttle Run Test For Estimation Of Maximum Oxygen Uptake In Male University Students*. *Indian J Physiol Pharmacol* 55(3):221-6. Diakses 7 Mei 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22471228>
- Brown, R. L and Joe, H. (1996). *Bugar dengan Lari*. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada
- Brunet, M., Chaput, J.P., and Tremblay, A. (2007). *The Association Between Low Physical Fitness And High Body Mass Index Or Waist Circumference Is Increasing With Age In Children: The 'Québec En Forme' Project*. *Int J Obes (Lond)*. 2007 Apr;31(4):637-43. Diakses 7 Mei 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17006443>
- Burns,R., James, C.H., Timothy, A.B., Barry, S., and Patricia, E. (2013) *Indices of Abdominal Adiposity and Cardiorespiratory Fitness Test Performance in Middle-School Students*. *Journal of Obesity*. Volume 2013, Article ID 912460, 8 pages. Diakses 11 Mei 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3603281/pdf/JOBES2013-912460.pdf>
- Chatterjee, P., Banerjee, A.K., Das, P., Debnath, P.,. (2008). *Validity Of 20 Meter Multi Stage Shuttle Run Test For Prediction Of Maximum Oxygen Uptake In Indian Female University Students*, (*Kathmandu Univ Med J (KUMJ)*). 2008 Apr-Jun;6(2):176-80. Diakses 5 Juni 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18769082>
- Chatterjee, P., Alok, K.B., Paulomi, D., and Parimal, D. (2009). *A Regression Equation for the Estimation of Maximum Oxygen Uptake in Nepalese Adult Females*. *Asian Journal Of Sport Medicine*. Diakses 5 Juni 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3289163/pdf/ASJSM-1-041.pdf>
- Coelho-e-Silva, et al. (2013). *Nutritional Status, Biological Maturation And Cardiorespiratory Fitness In Azorean Youth Aged 11–15 Years*. *BMC Public Health* 2013, 13:495. Diakses 11 Juli 2013, dari <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/13/495>
- Dagan, S. S, Shlomo, S., Ilya, N., and Rachel, D. (2013). *Waist Circumference Vs Body Mass Index In Association With Cardiorespiratory Fitness In Healthy Men And Women: A Cross Sectional Analysis Of 403 Subjects*. *Nutrition Journal* 2013, 12:12. Diakses 8 Mei 2013, dari <http://www.nutritionj.com/content/pdf/1475-2891-12-12.pdf>
- Depkes. (1987). *Petunjuk Tehnis Kesehatan Olahraga*, Jakarta : Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat

- Depkes. (1997). *Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pembinaan Kesehatan Masyarakat
- Depkes. (2002). *Pedoman Kesehatan Olahraga*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Depkes. (2003). *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta : Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat
- Depkes. (2010). *Pedoman Pemenuhan Kecukupan Gizi Pekerja Selama Bekerja*. Jakarta : Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat
- Depkes. (2012). *Peningkatan Kebugaran Jasmani di Tempat Kerja Panduan bagi Dokter dan Perawat*. Jakarta : Direktorat Bina Kesehatan Kerja dan Olahraga, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Damayanti, D. dalam *MAKALAH PRO KONTRA "CARBOHYDRATE LOADING"*. Akademi Gizi Jakarta
- Djarum. (2011). *Standard dan Tata Cara Test Kebugaran*. 23 Agustus 2011. Diakses 10 Juli 2013, dari <http://www.pbdjarum.org/tips/view/72/2/standard-dan-tata-cara-test-kebugaran-bagian-14>
- Eiberg, S., Hasselstrom, H., Gronfeldt, V., Froberg, K., Svensson, J., and Andersen, L. B. (2005). *Maximum Oxygen Uptake And Objectively Measured Physical Activity In Danish Children 6–7 Years Of Age: The Copenhagen School Child Intervention Study*. *Br J Sports Med* 2005;39:725–730. doi: 10.1136/bjism.2004.015230. Diakses 20 Juli 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1725036/pdf/v039p00725.pdf>
- 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 Basket Pupuk Iskandar Muda Nangroe Aceh Darussalam (Pinnad)*. Skripsi, Program Sarjana Universitas Esa Unggul
- Fogelholm, M., Malmberg, J., Suni, J., Santtila, M., Kyrolainen, H., and Mantysaari, M. (2006). *Waist Circumference And BMI Are Independently Associated With The Variation Of Cardio-Respiratory And Neuromuscular Fitness In Young*. *Int J Obes (Lond)* 2006 Jun;30(6):962-9. Diakses 7 Mei 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16432537>
- Giriwijoyo, S., dan Didik, Z. S. (2012). *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Grant, S., Corbett, K., Amjad, A.M., Wilson, J., and Aitchison, T. (1995). *A Comparison Of Methods Of Predicting Maximum Oxygen Uptake*. *Br J Sports Med* 1995; 29: 147-152. Diakses 7 Juni 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1332303/pdf/brjmed00011-0005.pdf>

- Hidayatulloh, A., Nurhasanah, A., Irawan, E., Firdaus, F., Isnaini, F., Anggraini, N., Fadhilah, N., Adhi, R., Nurcahya, S.A., dan Sari, S. R. (2011). *Hubungan Faktor Risiko Obesitas Dengan Rasio Lingkar Pinggang Panggul Mahasiswa FKM UI*. Tim Riset Asosiasi Keluarga Gizi : Departemen Gizi FKM UI
- Imanuddin, A. (2012). *Hariyanto Arbi Keluhkan Kebugaran Pebulutangkis Indonesia.* Diakses 3 Mei 2013, dari <http://olahraga.kompas.com/read/2012/03/09/17012958/Hariyanto.Arbi.Keluhkan.Kebugaran.Pebulutangkis.Indonesia>
- Husaini, M. A. (1995). *Gizi, Fitnes dan Endurans*. Puslitbang Gizi, Badan Litbangkes.
- Hussey, J., Bell, C., Bennett, K., and O'Dwyer, J. (2007). *Relationship Between The Intensity Of Physical Activity, Inactivity, Cardiorespiratory Fitness And Body Composition In 7–10-Year-Old Dublin Children*. *Br J Sports Med* ;41(5):311–316. Diakses 15 Juni 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2659066/pdf/311.pdf>
- Irawan, M. A. (2007). *Metabolisme Energi Tubuh & Olahraga. Sports Science Brief* : Volume 01, No.07. Diakses 20 April 2013, dari <http://www.pssplab.com>
- Irianto, D. P. (2007). *Panduan Gizi lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta : C.V ANDI OFFSET.
- Ismanto, Sulaeman, A., dan Riyadi, H. (2012). *Hubungan Status Gizi, Status Kesehatan dan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Jasmani Atlet Bulutangkis Jaya Raya Jakarta*. Program Studi Biologi FMIPA Universitas Pakuan, Ilmu Gizi Masyarakat Fakultas Ekologi Manusia IPB. *Ekologia*, Vol. 13 No.1 , April 2012 : 26-37
- Kreider, et al. (2010). *ISSN Exercise & Sport Nutrition Review: Research & Recommendations*. *Journal of the International Society of Sports Nutrition* 2010, 7:7.
- Lilik, I. (2007). *Hubungan Antara Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Indeks Prestasi Mahasiswa UPN “Veteran” Yogyakarta*. Jurusan Ekonomi Manajemen Universitas Pembangunan Nasional “Veteran”, Yogyakarta
- Mageean, A.L., Ryan, P.A., Constance, M.M. (2011). *Repeated Sprint Performance in Male and Female College Athletes Matched for VO2max Relative to Fat Free Mass*. *International Journal of Exercise Science*: Vol. 4: Iss. 4, Article 3. Diakses 9 Juli 2013, dari <http://digitalcommons.wku.edu/ijes/vol4/iss4/3/>
- McArdle, W.D., Katch, F.I., dan Katch, V.L. (1986). *Exercise Physiology : Energy, Nutrition, and Human Performance*. 2nd. Ed. Lea & Febiger, Philadelphia
- Moeloek, D. (1984). *Dasar Fisiologi Kesegaran Jasmani dan Latihan Fisik*. Jakarta : Balai Penerbitan FK UI, Bagian Ilmu Faal

- Mustamin, Uun, K., Sri, D. A. (2010). *Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan dan Status Gizi Atlet Di Pusdiklat Olahraga Pelajar Sudiang Kota Makassar*. Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Makassar. Media Gizi Pangan, Vol. IX, Edisi 1.
- None. *Cooper VO₂max Test*. Diakses 6 Mei 2013, dari <http://www.brianmac.co.uk/gentest.htm>
- None. *Multi-Stage Fitness Test* . Diakses 6 Mei 2013, dari <http://www.brianmac.co.uk/beep.htm>
- Pertiwi, A.B. (2012). *Pengaruh Asupan Makan (Energi, Karbohidrat, Protein Dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (Vo₂max) Atlet Sepak Bola*. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang
- P, Rump, et al., (2002). *Body Composition And Cardiorespiratory Fitness Indicators In Prepubescent Boys And Girls*,(Int J Sports Med. 2002 Jan;23(1):50-4. Diakses 9 Juli 2013, dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11774067>
- Ranggasudira, A. R. (1995). *Gizi Olahraga*. Jakarta : Balai Penerbitan FK UI, Bagian Ilmu Gizi
- Rindiastuti, Y. (2008). *Hubungan Lingkar leher dan Lingkar Pinggang dengan Hipertensi*. Skripsi, Program Sarjana Universitas Diponegoro, Semarang
- Slamet , D. S., Krisdinamurtirin, Prastowo, S.M.P., Purawisastra, S., Hermina, Latinulu, S. (2004). *Nutritional Aspects Of Woman Badminton Athletes In Relation To Fitness And Endurance Leading To Better Performance*. Nutrition Research and Development Center, Bogor
- Sihadi. (2006). *Sport and Nutrition, Food and Nutrition Research Development Centre Bogor*. Jurnal Kedokteran Yarsi 14 (1): 078-084
- Soekidjo, N. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Soerjodibroto, W. (1984). *Persiapan Gizi Menjelang Pertandingan*. Bagian Ilmu Gizi Fakultas. Jakarta : Badan Penerbitan FK UI
- Suharto. (1984). *Program Pembinaan dan Pelayanan Gizi Olahraga*. Kepala Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sumosardjuno, S. (1992). *Pengetahuan Praktis Kesehatan Dalam Olahraga*. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama
- Suniar. (2002). *Dukungan Zat-zat Gizi Untuk Menunjang Prestasi Olahraga*. Jakarta : Kalamedia
- Supariasa, I D. N., Bachyar, B., Ibnu, F. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC

- Suratmin. (2006). *Pengaruh Pelatihan Fisik Anaerob terhadap peningkatan Volume Oksigen Max (VO₂max) Pemain Sepak Bola*. Tesis, Fakultas Pendidikan Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja.
- Syamisa, C.Y. (2011). *Hubungan Status Gizi, Latihan Fisik, Asupan Energi, Dan Zat Gizi Dengan Status Kebugaran Pada Mahasiswi S-1 Reguler Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia tahun 2011*. Skripsi, Program Sarjana Universitas Indonesia.
- 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*. Skripsi, Program Pendidikan Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang.
- Wagita, L. I. (2009). *Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Gizi Dengan Kebugaran Pada Mahasiswi Program Studi Gizi FKMUI Tahun 2009*. Skripsi, Program Sarjana Universitas Indonesia.