

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya, S.D. 2016. Tingkat Aktivitas Fisik Operator Layanan Internet Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier, S. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Andriani, R. 2016. Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Volume Oksigen Maksimum. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Armus, A. M. 2021. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Balita di Kelurahan Untia Kecamatan Biringkanaya Kota Makassar. *Skripsi*. Universitas Negeri Alauddin Makassar.
- Asmilyadi, R., Yendrizal. 2020. Hubungan antara Kemampuan VO₂max dan Status Gizi dengan Hasil Belajar PENJASorkes Siswa di SMA Negeri 2 Kerinci. *Jurnal Patriot*. 2(2).
- Bagustila, E.S. 2015. Konsumsi Makanan, Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Atlet Sepak Bola Jember United FC. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*. Jember.
- Brown. 2005. *Nutrition Through the Life Cycle*. Wadsworth Inc. Amerika.
- Bryantara, O. F. 2016. Faktor yang Berhubungan dengan Kebugaran Jasmani (Vo₂maks) Atlet Sepakbola. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 4(2). 237-249.
- Budiwanto, S. 2012. *Metode Latihan Olahraga*. Malang. Universitas Negeri Malang.
- Bustan, M., Najib. 2013. Manfaat Olahraga bagi Perokok dan Risiko Rokok bagi Pengolahragaa. *Jurnal AKK*. 2(3).
- Ciptadi, Z. D. 2013. Status Kebugaran Jasmani dan Keterampilan Bermain Sepak Bola Siswa SSB Gama Usia 13 – 14 tahun. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. 2016. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dugdill, L., Crone, D., & Murphy, R. 2009. *Physical Activity and Health Promotion: Evidence-based Approaches to Practice*. Chichester: Wiley Blackwell.
- Fenanlampir, A., Faruq, M. M., 2015. *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta: CV, Andi.

- Fitriyana, N. L. 2022. Hubungan Status Gizi terhadap Kebugaran Jasmani Atlet PB Rio di Masa Pandemi Covid-19 Desa Bakaran Kulon Juwana Pati. *FPIPSKR Universitas PGRI Semarang*. Hal. 1572-1580.
- Ghatsaghautsan, A., Kurniawan, F., Siswanto. 2023. Tingkat Kebugaran Jasmani pada Siswa Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri 2 Plered, *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*. 9(1).
- Gibson, R. S. 2005. *Principles of Nutrition*. Elsevier Inc. United Kingdom.
- Giriwijoyo, S., Sidik, D.Z. 2012. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hamrik, Z. *et al.* 2014. Physical activity and sedentary behavior in Czech adults: Results from the GPAQ study. *European Journal of Sport Science*. 14. Hal. 193-198.
- Hidayati, S., Irawan, R., Hidayat, B. 2010. *Obesitas Pada Anak*. Surabaya: Divisi Nutrisi dan Penyakit Metabolic Bagian/SMF Ilmu Kesehatan Anak FK Unair.
- Irianto, Djoko Pekik. 2006. *Bugar dan Sehat dengan Berolahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Irianto & Nurhayati. 2013. Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Olahraga dengan Tingkat Kebugaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 1(2).
- Ismaryati. 2008. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UPT Penerbit dan Percetakan UNS.
- Istiqomah, I. P. N., Kristiyanto, A., Ardyanto, T. D., 2022. Hubungan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Atlet Taekwondo Remaja. *FISIO MU*. 3(1).
- Kadir, S. 2019. Korelasi antara Konsumsi Rokok dengan Tingkat Kebugaran Jasmani pada Atlet Bulutangkis. *Jambura Journal of Sports Coaching*. 1(2).
- Kartasapoetra, G., Marsetyo, H. 2008. *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi dan Produksi Kerja)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Olahraga*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Situasi dan Analisis Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. *Buku Pintar Gizi Bagi Atlet*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khoerunisa, D., Istianah, I. 2021. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja. *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi*. 2(1).

- Kurniawan, R. B. 2020. *Survei Tingkat Kondisi Fisik Khususnya (VO₂Max) Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra SMA Negeri di Kabupaten Sragen*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Kuswari, M., Handayani, F., Gifari, N., Nuzrina, R. 2019. Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kebugaran Atlet Dyva Taekwondo Centre Cibinong. *Jurnal Olahraga*. 5(1).
- Kocis, M. M. 2006. *Savvy Eating for the Whole Family: Whole Foods, Whole Life*. Capital Books.
- Mahardika, V. A., Roosita, K. 2008. Aktivitas Fisik, Asupan Energi dan Status Gizi Wanita Pemetik The di PTPN VII Bandung Jawa Barat. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 3(2).
- Mahastuti, F., Rahfiludin, M. Z., Suroto, S. 2018. Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi, Aktivitas Fisik dan Kadar Hemoglobin dengan Kebugaran Jasmani (Studi pada Atlet Basket di Universitas Negeri Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 6(1).
- Mailina, D. 2019. Kualitas Diet dan Daya Tahan (Endurance) Atlet Bulutangkis Remaja. *Journal of Nutrition College*. 8(1). 29-37.
- Markuri, T. D., Salmi, Ashan, H. 2021. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Siswa SMKN 03 Kabupaten Muko-Muko pada Masa Pandemi Covid-19. *Arsip Gizi dan Pangan*. 6(2).
- Martony O., Lestrina D., Tanjung N. 2013. Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak, dan Kadar Hb serta Status Gizi dengan Daya Tahan Jantung Paru (Kebugaran) Atlet Sepak Bola di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Medan. *Jurnal Ilmiah PANNMED*. 7(3). 206-213.
- Maulida, F., Hanum, F. N., Arta, R. D. 2023. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet di UPTD Kebakatan Olahraga Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*. 3(4).
- Mutmainah, I., Ismail AB., Prabowo S., 2019. Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro (Protein, Karbohidrat, Lemak) dengan Kebugaran (vo₂max) pada Atlet Remaja di Sekolah Sepak Bola (SSB) Harbi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*. 1(1).
- Narlan, A., & Juniar, D. T. 2020. *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Pasaribu, A. M. N. 2020. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Banten: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).
- Penggalih, M., Dewinta, M., Solichah, K., Pratiwi, D., Niamilah, I., Nadia, A., Kusumawati, M. 2019. Identifikasi Status Gizi, Somatotipe, Asupan Makan

- dan Cairan pada Atlet Atletik Remaja di Indonesia. *Journal of Community Empowerment for Health*. 1(2).
- Pertiwi A, Murbawani E. 2012. Pengaruh Asupan Makan (Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak) terhadap Daya Tahan Jantung Paru Atlet Sepak Bola. *Journal of Nutrition College*. 1(1).
- Rahmah, Z., Dwiyanthi, D., Mourbas, I., Yuniritha, E., Kasmiyetti. 2020. Hubungan Somatotype dan Asupan Gizi Makro dengan Kebugaran Jasmani Atlet. *Jurnal Gizi Unimus*. 9(2).
- Rahayu, D. T. D. 2021. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja di Sanggar Gendang Serunai Kota Bengkulu Tahun 2023. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Ramadhan, R., Rismayanthi, C. Hubungan antara Status Hidrasi serta Konsumsi Cairan pada Atlet Bola Basket. *Jurnal Medikora*. 15(1).
- Rarastiti, C. N. 2023. Hubungan Tingkat Kecukupan Karbohidrat dengan Status Gizi pada Remaja. *Indonesiam Journal of Nuutrition Science and Food*. 2(1).
- Ratnasari. 2017. Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Tingkat Kesegaran Jasmani dan Absensi Sakit pada Anak Sekolah Dasar Negeri Pedurungan Kidul 02 Kota Semarang. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Saminan, S. 2014. Efek Perilaku Merokok Terhadap Saluran Pernapasan. *Jurnal Kedokteran Syah Kuala*. 16(3).
- Sandjaja, et al. 2009. *Kamus Gizi*. Jakarta. PT Kompas Media Nusantara.
- Sachdeva, A., Paul, B. 2013. Sudden Cardiac Death in Athletes-Does Preparticipation Screening Help?. *Journal Association. Physician Indian* 61(91).
- Setiawan. 2022. Korelasi Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*. 2(2).
- Sharkley, B. J. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan*. Human Kinetic Publisher.
- Singh, A. & Purohit, B. 2011. Evaluation of Global Physical Activity Question (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals in Central India. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 3. hal. 34-43.
- Sirajuddin, Surmita, Tri A. 2018. *Survei Konsumsi Pangan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Suciana, A.M., Ghifari, N., Sitoayu, L., Nuzrina, R., Angkasa, D. 2021. Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro, Status Gizi dan Aktivitas Fisik terhadap Kebugaran Atlet Bulutangkis di PB Jaya Raya Ragunan Jakarta. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 13(2).

- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana, 2013. *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Trim. D.A. 2007. *Quit Smoking for Chicks*. Jakarta: Gramedia.
- Triswanto. 2012. *Stop Smoking*. Yogyakarta: Progresif Books.
- Vania, E. R., Pradigdo, S. F., Nugraheni S. A., 2018. Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kesegaran Jasmani (Studi pada Atlet Softball Perguruan Tinggi di Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 6(1).
- Wardlaw & Hampl. 2007. *Perspective in Nutrition Seventh Edition*. Mcgraw-Hill Companies, Inc. New York. America.
- Warsita, R. 2012. *Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Gizi dengan Kebugaran pada Polisi Laki-Laki SATLANTAS di POLRES Kota Depok*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Welis, W., & Syafrizar. 2009. *Gizi Olahraga*. Jakarta: Wineka Media.
- Welis, *et al.* 2013. *Gizi untuk Aktivitas Fisik dan Kebugaran*. Padang: Sukabina Press.
- Wiarto, G. 2013. *Fisiologi dan Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP Bandung.
- Widodo, G. M. 2014. Hubungan antara Asupan Lemak dengan Status Gizi pada WUS Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang Kota Malang Tahun 2014. *Indonesian Journal of Human Nutrition*. 1(1).
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG). 2012. *Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokak*. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- Williams, M.H., Anderson, D.E., Rawson, E. S. 2013. *Nutrition for Health Fitness, and Sport (10th ed)*. New York: McGraw-Hill Companies Inc.
- World Health Organization. 2010. *Global Recommendations on Physical Activity For Health*. Geneva: WHO Press.