

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M.J., Ichsani dan Saharullah 2020. Pengaruh Pemberian Minuman Coklat Terhadap *Recovery* Denyut Nadi pada Atlet Tenis Meja Sparta UNM, *PINISI Journal of Health & Sport Science*, 1–5.
- Achmad, F., Palad, M.S. dan Mansyur, M.H. 2024. Karakteristik Nilai Gizi dan Sensorik pada Brownies Kukus dengan Penambahan Tepung Beras Merah. *Perbal: Jurnal Pertanian Berkelanjutan*. 12(2): 42–249.
- Adhelia, W. dan Sefrina, L.R. 2022. Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang, Durasi Tidur, Gaya Hidup, dan Status Gizi terhadap Stamina Atlet pada Sebuah Klub Sepakbola. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*. 3(2): 52–62. <https://doi.org/10.46838/spr.v3i2.166>.
- Adolo, M.W.A.A. dan Iskandar, A. 2024. Implementasi Metode Belajar *Two Stay Two Stray* untuk Meningkatkan Kemampuan *Shooting* Menggunakan Punggung Kaki Pada Permainan Sepak Bola. *Jurnal Tomini Sports: Jurnal Olahraga*. 1(1): 9–17.
- Agustina, U. dan Alhakim, M.I. 2023. Uji Organoleptik dan Mikrobiologi *Classic* Enzim Belimbing Wuluh (*Averrhoa bilimbi L.*). *Indobiosains*. 5(2): 66–80. <https://doi.org/10.31851/indobiosains.v5i2.11140>.
- Akbar, G., Ansharullah dan Rejeki, S. 2024. Uji Fisik dan Antioksidan Berbagai Jenis Beras Merah (*Oryza nivara*) Asal Ereke Buton Utara. *Jurnal Riset Pangan*. 2(1): 1–9.
- Alannys, M. 2024. Pengaruh Penambahan Tepung Kacang Kedelai (*Gycine max.L*) pada Pembuatan Bakso Jamur Tiram terhadap Kualitas Fisik dan Daya Terima Konsumen, *Advances In Social Humanities Research*, 2(3):508–519. Available at: <https://doi.org/10.46799/adv.v2i3.168>.
- Amelia, J.R. *et al.* 2021. Karakteristik Kimia Minuman Sari Tempe Jahe dengan Penambahan *Carboxy Methyl Cellulose* dan Gom Arab pada Konsentrasi yang berbeda. *Chim Nat Acta*. 9(1): 36-44
- Anwar, H., Septiani, S. dan Nurhayati, N. 2021. Pemanfaatan Kulit Pisang Kepok (*Musa Paradisiaca L.*) sebagai Substitusi Tepung Terigu dalam Pengolahan Biskuit. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 4(2): 315–320.
- Arsal, Faradilla, R.F. dan Rejeki, S. 2025. Uji Kandungan Gizi dan Kualitas Organoleptik Donat Beku dengan Substitusi Bayam Merah (*Amaranthus gangeticus*) sebagai Makanan Fungsional. *Jrp*. 3(1): 1–12.

- Arziyah, D., Yusmita, L. dan Wijayanti, R. 2022. Analisis Mutu Organoleptik Sirup Kayu Manis dengan Modifikasi Perbandingan Konsentrasi Gula Aren dan Gula Pasir. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian Ilmiah Eksakta*. 1(2): 105–109. <https://doi.org/10.47233/jppie.v1i2.602>.
- Asmare, E. dan Begashaw, A. 2018. Review on Parametric and Nonparametric Methods of Efficiency Analysis. *Biostatistics and Bioinformatics*, 2(2): 1–7. <https://doi.org/10.31031/OABB.2018.02.000534>.
- Atmaja, H.P. *et al.* 2022. Karakteristik Produk Energy Chews Kulit Buah Semangka dengan Penambahan Air Jeruk Lemon. *Sagu Journal: Agricultural Science and Technology*, 21(1): 29–37. Available at: <https://sagu.ejournal.unri.ac.id>.
- Azizi, F.G.N. dan Rindiani 2023. *Smoothies Beverage* dari Pisang Raja dan Jeruk Manis sebagai Makanan Selingan Sumber Kalium untuk Mencegah Hipertensi. *The First National Conference on Innovative Agriculture*. 1(3): 161–178.
- Azzahra, L.E. 2024. Sosis Ayam Substitusi Filler Tepung Komposit (Tempe dan Mocaf) sebagai Makanan Tinggi Protein dan Zat Besi untuk Makanan Tinggi Protein dan Zat Besi untuk Mencegah Anemia. *Skripsi*. Universitas Siliwangi.
- Badan Pusat Statistik. 2024. Statistik Impor Kacang Kedelai Indonesia 2023. Jakarta : BPS
- Badan Standardisasi Nasional 1996. *Makanan Diet Kontrol Berat Badan*. SNI 01-4216-1996
- Bonnici, D.C. *et al.* 2019. Nutrition in Soccer: A Brief Review of the Issues and Solutions. *Journal of Science in Sport and Exercise*. 1(1): 3–12. <https://doi.org/10.1007/s42978-019-0014-7>.
- Burke, L. dan Cox, G. 2010. The Complete Guide to Food for Sports Performance. *Food Sports*. (1): 2–8.
- Ciptawati, E. *et al.* 2021. Analisis Perbandingan Proses Pengolahan Ikan Lele terhadap Kadar Nutrisinya. *IJCA (Indonesian Journal of Chemical Analysis)*, 4(1): 40–46. Available at: <https://doi.org/10.20885/ijca.vol4.iss1.art5>.
- Crisan, R. *et al.* 2022. Daya Terima dan Kandungan Gizi *Snack Bar* Tepung Tempe dan Tepung Pisang Ambon, *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 5(1):191. Available at: <https://doi.org/10.30602/pnj.v5i1.965>
- Darma, W. dan Marpaung, M.P. 2020. Analisis Jenis dan Kadar Saponin Ekstrak Akar Kuning (*Fibraurea chloroleuca* Miers) Secara Gravimetri. *Dalton: Jurnal Pendidikan Kimia dan Ilmu Kimia*. 3(1).
- Daud, A., Suriati, S. dan Nuzulyanti, N. 2019. Kajian Penerapan Faktor yang

- Mempengaruhi Akurasi Penentuan Kadar Air Metode Thermogravimetri. *Lutjanus*. 24(2):11–16.
- Dendir, S. 2017. When do Soccer Players Peak? A note. *Journal of Sports Analytics*. 2(2): 89–105. <https://doi.org/10.3233/jsa-160021>.
- Desiplia, R. *et al.* 2018. Asupan Energi, Konsumsi Suplemen, dan Tingkat Kebugaran pada Atlet Sepak Bola Semi-Profesional. *Ilmu Gizi Indonesia*. 2(01): 39–48.
- Dewi, K.L. *et al.* 2022. Modifikasi Pati dengan Fermentasi (*S. cerevisiae*) pada Tepung Pisang, Tepung Ubi Ungu, dan Tepung Ketan Hitam. *Edufortech*. 7(2): 182–200. <https://doi.org/10.17509/edufortech.v7i2.51624>.
- Dewi, S.S. *et al.* 2021. Pembuatan Snackbar sebagai Makanan Tambahan Olahraga sebagai Sumber Tinggi Kalori. *Jurnal Pangan dan Gizi*. 11(2):100–110.
- Dhanang, Mangalik, G. dan Kristover, H.C. 2022. Formulasi Foodbar Untuk Pemenuhan Kebutuhan Atlet. *Science Technology and Management Journal*. 2(2): 51–55. Available at: <https://doi.org/10.53416/stmj.v2i2.91>.
- Dianah, R. dan Juliana, D. 2025. Pengembangan Muffin Oat dengan Penambahan Puree Pisang sebagai Makanan Selingan untuk Remaja Gizi Lebih, *Jurnal Sains Terapan: Wahana Informasi dan Alih Teknologi Pertanian*, 15(1):32–43.
- Dieny, F.F. *et al.* 2019. *Gizi Atlet Sepak Bola*. Bantul: K-Media
- Dwicahyo, A., Santosa, K.M. dan Nurfadila, A.R. 2024. Quality Analysis of Cocoa Powder Production at the Indonesian Coffee and Cocoa Research Center, *Jurnal Inovasi Ilmiah*, 24(3): 222–227.
- Engelen, A. 2018. Analisis Kekerasan, Kadar Air, Warna dan Sifat Sensori pada Pembuatan Keripik Daun Kelor. *Journal of Agritech Science*. 2(1): 10–15.
- Eskici, G. 2018. The Importance of Vitamins for Soccer Players. *IJVNR*. 5(5–6):225–244.
- Fajriati, L.D. 2019. Analisis Kandungan Energi dan Densitas Energi pada Tepung Formula *Oral Nutritional Supplement* (ONS) Berbasis Pisang Kepok dan Tempe dengan Prinsip Tinggi Energi Tinggi Protein serta Rendah Laktosa. *Skripsi*. Universitas Brawijaya.
- Falah, M.S., Priyono, S. dan Fadly, D. 2022. Formulasi Snack Bar Tepung Beras Merah (*Oryza nivara*) dan Edamame (*Glycine max (L)merrill*): Karakteristik Fisikokimia dan Sensori. *FoodTech: Jurnal Teknologi Pangan*. 5(1): 25. <https://doi.org/10.26418/jft.v5i1.57341>.

- Fatmawati, I. 2020. Chocolate Bar with Moringa and Dates as Calcium-Rich Food with Low Glycemic Index for Endurance Athletes. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*. 1(2): 103–110. <https://doi.org/10.33555/jffn.v1i2.26>.
- Febriana, Y. *et al.* 2025. Karakteristik Fisikokimia dan Organoleptik pada Inovasi Cookies Penambahan Tepung Talas (*Colocasia esculenta*) dan Tepung Edamame (*Glycine max*). *Journal of Food and Agricultural Product*, 5(1): 63–74.
- Firyanto, R., Kusumo, P. dan Yuliasari, I.E. 2020. Pengambilan Minyak Atsiri dari Tanaman Sereh Menggunakan Metode Ekstraksi Soxhletasi. *CHEMTAG Journal of Chemical Engineering*. 1(1):1. Available at: <https://doi.org/10.56444/cjce.v1i1.1252>.
- Fuadi, D.F. *et al.* 2022. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung: Lubuk Agung.
- Ginting, W.M. *et al.* 2024. Asupan Gizi Makro dengan Kebugaran Jasmani pada Atlet Sepakbola Deliserdang. *Jurnal Kesehatan*, 1(1): 1–11.
- Gunadi, D. 2019. Gizi Atlet Sepakbola Indonesia. *PROFICIO*. 478–490.
- Gusnadi, D., Taufiq, R. dan Baharta, E. 2021. Uji Organoleptik dan Daya Terima pada Produk Mousse Berbasis Tapai Singkong Sebagai Komoditi UMKM di Kabupaten Bandung. *Jurnal Inovasi Penelitian*. 1(12): 2883–2888.
- Gusnita, A. *et al.* 2022. Pembuatan Tape Berbahan Dasar Pisang Kepok (*Musa paradisiaca L.*). *Prosiding Seminar Nasional Biologi*. 2(2): 362–371. <https://semnas.biologi.fmipa.unp.ac.id/index.php/prosiding/article/view/455>.
- Habibi, N.A. *et al.* 2023. Pengaruh Substitusi Tepung Kacang Hijau terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Protein Beras Rendang. *Jurnal Sehat Mandiri*. 18(1):181–190. Available at: <https://doi.org/10.33761/jsm.v18i1.981>.
- Halimah, N.U.R. 2018. Hubungan Tingkat Kecukupan Konsumsi Kalsium dan Vitamin E dengan Kelincahan pada Atlet Sepakbola di Arunajaya *Football Academy Salatiga. Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Handoko, D.D. 2020. Potensi Beras. *Food Review Indonesia*. 15(12).
- Harini, N., Renita Marianty, S.T.P. dan Wahyudi, V.A. 2019 *Analisa Pangan*. Sidoarjo: Zifatama Jawa.
- Hazra, A. dan Gogtay, N. 2020. Biostatistics Series Module 3: Comparing Groups: Numerical Variables. *Indian Journal of Dermatology*. 61(3).
- Hosoda, K. *et al.* 2018. Anthocyanin and Proanthocyanidin Contents, Antioxidant Activity, and in Situ Degradability of Black and Red rice Grains. *Asian-*

- Australasian Journal of Animal Sciences*, 31(8): 1213–1220. Available at: <https://doi.org/10.5713/ajas.17.0655>.
- Hutapea, G., Harun, N. dan Fitriani, S. 2021. Pembuatan *Snack Bar* dari Tepung Pisang Kepok (*Musa paradisiaca formatypica*) dan Pure Pisang Ambon Hijau (*Musa paradisiaca sapientum*). *Jurnal Teknologi dan Industri Pertanian Indonesia*, 13(1): 31–36. Available at: <https://doi.org/10.17969/jtipi.v13i1.19017>.
- Ismanto, H. 2023. Uji Organoleptik Keripik Udang (*L. vannamei*) Hasil Penggorengan Vakum. *Jurnal AgroSainTa: Widyaishwara Mandiri Membangun Bangsa*, 6(2): 53–58. Available at: <https://doi.org/10.51589/ags.v6i2.3137>
- Kasim, R. *et al.* 2018. Kesukaan dan Kandungan Gizi Snack Food Bars Berbahan Dasar Tepung Pisang Groho dan Tepung Ampas Tahu. *JTech*. 6(2): 41–48.
- Kementerian Kesehatan Rebpublik Indonesia. 2020. *Gizi Atlet Sepakbola*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Panduan Pendampingan Gizi Pada Atlet*.
- Kementerian Perdagangan RI. 2024. *Perkembangan Harga Komoditas Pangan*. Jakarta : Kemendag.
- Kurniawan, L.K., Ishartani, D. dan Siswanti, S. 2020. Karakteristik Kimia, Fisik dan Tingkat Kesukaan Panelis pada *Snack Bar* Tepung Edamame (*Glycine max (L.) merr.*) dan Tepung Kacang Hijau (*Vigna radiata*) dengan Penambahan *Flakes* Talas (*Colocasia esculenta*). *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*, 13(1): 20–28.
- Larasati, M.D. dan Yuliana, S. 2020. Food Intake, Nutritional Status and Cardio Respiration Health of Swimming Athletes. *Jurnal Riset Gizi*. 8(1): 37–43.
- Listiyani, T., Widiastuti, S.K. dan Asnindari, L.N. 2021. Efektivitas Beras Merah (*Oryza nivara*) dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2: Literature Review. *Skripsi*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Mappanyukki, A.A., Ichsani, I. dan Sarifin, S. 2020. Perbandingan Basal Metabolic Rate Menurut Status Berat Badan Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Angkatan 2017. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*. 3(2): 123. <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i2.17013>.

- Mariyaulfa, A. 2023. Uji Daya Terima dan Umur Simpan Minuman Seduhan Kacang Edamame dan Kismis sebagai Minuman Sehat untuk Anak Sekolah Dasar, *Skripsi*. Politeknik Kesehatan Palembang.
- Marpaung, M.P. dan Romelan, R. 2019. Analisis Jenis dan Kadar Saponin Ekstrak Metanol Daun Kemangi (*Ocimum basilicum l.*) dengan Menggunakan Metode Gravimetri. *Jurnal Farmasi Lampung*. 7(2):343448.
- Milah, N.N. 2024. Formulasi Snack Bar Berbahan Dasar Tepung Ubi Jalar Ungu dan Tepung Kacang Kedelai sebagai Alternatif Selingan untuk Penderita Hipertensi. *Skripsi*. Universitas Siliwangi.
- Mubarok, M.Z. dan Ramadhan, R. 2019. Analisis Tingkat VO2MAX Pemain Sepak Bola Darul Ma'arif Indramayu. *Jurnal Kependidikan Jasmani dan Olahraga*. 3(1):39–45.
- Murtiningrum *et al.* 2023. Karakteristik Kimia dan Organoleptik Bubuk Kakao dari Biji Kakao Fermentasi dan Tanpa Fermentasi Asal Distrik Masni dan Sidey Kabupaten Manokwari, *Indonesian Journal of Food Technology*, 2(1): 67–80.
- Muyassaroh, Dewi, R.K. dan Minah, F.N. 2020. Penentuan Kadar Protein pada Spirulina Platensis Menggunakan Metode Lowry dan Kjeldahl. *Jurnal Teknik Kimia*. 15(1). Available at: https://doi.org/10.33005/jurnal_tekkim.v15i1.2304.
- Muzhahir, Z., Unzilatirrizqi, Y.E.R. dan Fera, M. 2023. Analisa Proksimat Ekstrak Limbah Kulit Kedua Bawang Merah (*Allium cepa l.*). *Journal of Food and Agricultural Product*. 3(2):114–123. Available at: <https://doi.org/10.32585/jfap.v3i2.4608>.
- Nadia, L.S., Lejap, T.Y.T. dan Rahmanto, L. 2023. Pengaruh Pengolahan Pangan terhadap Kadar air Bahan Pangan. *Journal of Innovative Food Technology and Agricultural Product*. 01(01):5–8. Available at: <https://doi.org/10.31316/jitap.vi.5780>.
- Nasria, Tellu, A.T. dan Nurdin, M. 2024. Analisis Proksimat Umbut Rotan Noko (*Daemonorops robusta*). *Jurnal Inovasi Global*. 2(3):445–452. Available at: <https://doi.org/10.58344/jig.v2i3.73>.
- Novelia, E., Afrinis, N. dan Puteri, A.D. 2023. Hubungan Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat dengan Kebugaran (VO2 Max) pada Siswa SSB D'Socs Kota Dumai Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(3): 321–329.
- Octavia, R., Indriastuti, A. dan Napang, S. 2023. Pembuatan Flakes dari Pangan Tepung Beras Merah (*Oriza Niavara*) dengan Penambahan Labu Kuning (*Curcubita Moschata Durch*). *Journal of Chemical Process Engineering*.

8(1): 31-39.

- Oliveira, C.C. *et al.* 2017. Nutrition and Supplementation in Soccer. *Sports (2075-4663)*. 5(2).
- Pangestuti, E.K. dan Darmawan, P. 2021. Analisis Kadar Abu dalam Tepung Terigu dengan Metode *Gravimetri*. *Jurnal Kimia dan Rekayasa*. 2(1):2747–2841.
- Panggabean, M.S. 2020. Peranan Gizi bagi Olahragawan, *Cdk-282*, 47(1): 62–66
- Pargiyanti, P. 2019. Optimasi Waktu Ekstraksi Lemak dengan Metode Soxhlet Menggunakan Perangkat Alat Mikro Soxhlet. *Indonesian Journal of Laboratory*. 1(2):29. Available at: <https://doi.org/10.22146/ijl.v1i2.44745>.
- Penggalih, M. Hapsari S.T. dan Huriyati, E. 2017. Gaya Hidup, Status Gizi dan Stamina Atlet pada Sebuah Klub Sepakbola. *Berita Kedokteran Masyarakat*. 23(4): 192–199.
- Permadi, A.A. dan Fernando, R. 2021. Hubungan Keterampilan, Kondisi Fisik dan Psikologi terhadap Performance Pemain Sepakbola. *Indonesia Performance Journal*. 5(1): 14–20.
- Pontang, G.S. dan Wening, D.K. 2021. Formulasi Snack Bar Berbahan Dasar Tepung Mocaf dan Tepung Kacang Merah sebagai Makanan Selingan bagi Atlet. *Journal of Nutrition College*. 10(3): 218–226. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i3.29278>.
- Prabawati, S. 2020. Karakteristik Kimia dan Kandungan Gula Beberapa Varietas Pisang Lokal Indonesia. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*. 8(2): 45–52.
- Pradana, M.A. 2020. Optimasi Formula Foodbar Berbasis Edamame (Kajian Rasio Gula: Edamame dan Proporsi *Glycerin*). *Skripsi*. Universitas Brawijaya
- Pradita, N., Widanti, Y.A. dan Wulandari, Y.W. 2021. Formulasi *Egg Roll* Ubi Jalar Ungu-Kuning dan Putih F (*Ipomoea batatas L*) dengan Substitusi Kacang Kedelai (*Glycine max Merrill*). *JITIPARI (Jurnal Ilmiah Teknologi dan Industri Pangan UNISRI)*. 6(2): 14–24. Available at: <https://doi.org/10.33061/jitipari.v6i2.5092>.
- Prastika, S.A. 2024. Pizza Substitusi Tepung Mocaf dan Puree. *Skripsi*. Universitas Siliwangi.
- Pratama, W., Anugrah, R.M. dan Pontang, G.S. 2020. Daya Terima Snack Bar Rendah Energi Tinggi Serat Berbahan Dasar Tepung Mocaf dan Tepung Kacang Merah. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1): 45–51.
- Putri, E.N., Wisaniyasa, N.W. dan Puspawati, G.A.K.D. 2022. Pengaruh Perbandingan Tepung Kecambah Kacang Merah (*Phaseolus vulgaris L.*)

dan Tepung Beras Merah (*Oryza nivara L.*) terhadap Karakteristik *Snack bar*. *Itepa: Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan*. 11(1):165–176.

Putri, E.T. *et al.* 2021. Pengaruh Latihan *Shooting* dengan Metode Zig-zag dan Bola Diam Terhadap Akurasi *Shooting*. *Babasal Sport Education Journal*. 2(1): 48–56.

Putri, T.T. 2024. Kajian Pembuatan *Snack Bar* Tepung Pisang (*Musa sapientum*) dan Kacang Merah (*phaseolus vulgaris l.*) sebagai Alternatif Selingan Rendah Indeks Glikemik bagi Penderita Diabetes Melitus tipe II. *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kandungan*. Available at: <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index%0AArticle>.

Rachmawati, M. *et al.* 2021. Karakteristik Sifat Sensoris dan Kimia pada Kue Kering Hasil dari Formulasi Tepung Beras Merah (*Oryza nivara L.*) dan Mocaf (*Modified Cassava Flour*). *Journal of Tropical AgriFood*. 2(2): 59. <https://doi.org/10.35941/jtaf.2.2.2020.4734.59-65>.

Rahmadi, D.P. *et al.* 2021. Pengaruh Penambahan Tepung Nipah (*Nypa Fruticans*) Dan Tepung Kelapa (*Cocos nucifera L.*) terhadap Karakteristik Fisik Kimia Dan Organoleptik *Snack Bar*. *Skripsi*. Universitas Jambi

Raihan, R.U. dan Makkiyah, F.A. 2024. Manfaat Substitusi Tepung Terigu dalam Produksi Biskuit. *IKRA-ITH Teknologi Jurnal Sains dan Teknologi*, 8(1)54–60. Available at: <https://doi.org/10.37817/ikraith-teknologi.v8i1.3243>.

Ramadhani, R.G. 2021. Pengaruh Asupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat terhadap Daya Tahan Otot Jantung Paru Pada Atlet Sepakbola. *Skripsi*. Universitas Diponegoro.

Ramadhani, Z.O., Dwiloka, B. dan Pramono, Y.B. 2019. Pengaruh Substitusi Tepung Terigu Dengan Tepung Pisang Kepok (*Musa acuminata L.*) terhadap Kadar Protein, Kadar Serat, Daya Kembang, dan Mutu Hedonik Bolu Kukus. *Jurnal Teknologi Pangan*. 3(1): 80–85. <https://doi.org/10.14710/jtp.2019.22471>.

Rifqi, M. 2021. Pengaruh Proses *Conching* terhadap Sifat Fungsional Cokelat (*Cacao theobroma cacao L.*). *Edufortech*, 6(1). Available at: <https://doi.org/10.17509/edufortech.v6i1.33288>.

Saadah, U., Hardiansyah, A. dan Darmuin, D. 2023. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Sepak Bola di SSB Ganesha Putra FC Purwodadi. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*. 4(1).

Sabella, B., Soesanto, O. dan Farmandi, A. 2019. Sistem Pendukung Keputusan Penentuan Gizi Harian Atlet Sepakbola dengan Metode Linear

- Programming (Studi Kasus Pada Martapura FC). *Jurnal Teknik Informatika Politeknik Hasnur*. 01(1).
- Salsabiela, A.R., Afgani, C.A. dan Dzulfikri, M.A. 2021. Karakteristik Kimia, Fisik dan Organoleptik *Snack Bar* Berbasis Sorgum (*Sorghum bicolor L.*) dan Kacang Mete. *Food and Agroindustry Journal*. 2(2): 41–52.
- Salsabilla, A. 2020. Karakteristik Profil Sensoris dan Tingkat Kenyang Flakes Berbasis Tepung Pisang (*Musa paradisiaca formatypica*) Menggunakan Metode JAR (*Just About-Right*). *Skripsi*. Universitas Brawijaya.
- Sari, S.N. dan Yulianti, A. 2020. Intervensi Minuman Cokelat terhadap Kekuatan Otot Atlet Futsal di Politeknik Negeri Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*, 1(1): 31–40.
- Sasmarianto dan Nazirun, N. 2022. *Pengelolaan Gizi Olahraga Pada Atlet*. Malang: Ahlimedia Press.
- Seftiono, H., Djiuardi, E. dan Pricila, S. 2019. Analisis Proksimat dan Total Serat Pangan pada Crackers Fortifikasi Tepung Tempe dan Koleseom (*Talinum tiangulare*). *Agritech*. 39(2): 160–168.
- Sinaga, K. dan Sihombing, J.M. 2020. Uji Organoleptik Yoghurt Susu Kambing Peranakan Etawa (Pe) dengan Penambahan Jus Buah Strawberry. *Jurnal Peternakan Unggul*. 3(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.36490/jpu.v3i1.155>.
- Siregar, N.S. dan Lasar Dani, D.P. 2019. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi Atlet Gulat PPLP Sumatera Utara. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*. 2(1): 10.
- Siregar, P.D.A. *et al.* 2024. Kualitas Sensori *Snack Bar* dengan Perbedaan Proporsi Kelapa Parut dan Pindang Ikan Tongkol (*Euthynnus affinis*). *Garina*, 16(2): 29–48. Available at: <https://doi.org/10.69697/garina.v16i2.121>
- Sormin, R.B.D., Gasperz, F. dan Woriwun, S. 2020. Karakteristik Nugget Ikan Tuna (*Thunnus sp.*) dengan Penambahan Ubi Ungu (*Ipomoea batatas*). *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian*. 9(1): 1–9. Available at: <https://doi.org/10.30598/jagritekno.2020.9.1.1>.
- Su, T.C. *et al.* 2021. Using Sensory Wheels to Characterize Consumers Perception for Authentication of Taiwan Specialty Teas. *Foods*, 10(4): 1–17.
<https://doi.org/10.3390/foods10040836>.
- Subawa, I.A.K.P. dan Dewi, N.P.A.C. 2022. Strategi Pemenuhan Gizi Seimbang bagi Atlet. *Prosiding Seminar Nasional SPENCER*. 1(1): 49–56.
- Sulistyaningsih, D. 2021. Pengaruh Pemberian *Smoothies* PIAGA (Buah Pisang Ambon dan Buah Naga Merah) terhadap Kadar Asam Laktat Darah sebagai

Indikator Kelelahan pada Atlet Sepak Bola. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Suprianto *et al.* 2023. Inovasi Pisang Menjadi Cimol yang Disukai Konsumen. *Vivabio: Jurnal Pengabdian Multidisiplin*. 5(2): 85–92. <https://doi.org/10.35799/vivabio.v5i2.48692>.

Syafutri, M.I. *et al.* 2020. Pengaruh Lama dan Suhu Pengeringan terhadap Karakteristik Fisikokimia Tepung Beras Merah (*Oryza nivara*). *AGROSAINSTEK: Jurnal Ilmu dan Teknologi Pertanian*. 4(2): 103–111. <https://doi.org/10.33019/agrosainstek.v4i2.120>.

Syaidah, A. 2024. Pengembangan Produk *Snack bar* Granola dengan Substitusi Tepung Pisang kepok (*Musa paradisiaca L*) sebagai Selingan Bagi Atlet Persiapan Latihan. *Skripsi*. Universitas Andalas.

Sylvia, D., Apriliana, V. dan Rasydy, L.O.A. 2021. Analisis Kandungan Protein yang Terdapat dalam Daun Jambu Biji (*Psidium guajava L.*) Menggunakan Metode Kjeldahl & Spektrofometri UV-VIS. *Jurnal Farmagazine*. 8(2):64. Available at: <https://doi.org/10.47653/farm.v8i2.557>.

Syukri, D., Yenrina, R. dan Azima, F. 2020. *Serba Serbi Praktis Analisis Proksimat Bahan Pangan Bagi Mahasiswa*, Indomedia Pustaka. Sidoarjo: Indomedia Pustaka

Tanggasari, D., Ariskanopitasari, A. dan Afgani, C.A. 2023. Karakteristik Pengeringan Pisang Kepok Berdasarkan Ketebalan Irisan dan Proses Bolak Balik pada Pembuatan Pisang Sale. *Jurnal Agrotek Ummat*. 10(1): 66. Available at: <https://doi.org/10.31764/jau.v10i1.12860>.

Triandini, I.G.A.A.H. dan Wangiyana, I.G.A.S. 2022. Mini-Review Uji Hedonik pada Produk Teh Herbal Hutan. *Jurnal Silva Samalas*. 5(1): 12. <https://doi.org/10.33394/jss.v5i2.5473>.

United States Departement of Agriculture and Public Domain Policy. 2011. *Plant Profile for Glycine Max (Soybean)*.

United States Departement of Agriculture and Public Domain Policy. 2015. *Nutri-Grain Fruit and Nut Bar*.

United States Departement of Agriculture and Public Domain Policy. 2020. *Food Composition Database Standard Reference*.

Vebrianingsih, S.D.M., Maryanto, S. dan Pontang, G.S. 2017. Hubungan antara Asupan Magnesium, Kalsium, dan Zat Besi dengan Daya Tahan Otot pada Atlet Bulutangkis Ekstra dan Bintang Junior. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(22): 195–204.

- Wadhani, L.P.P., Ratnaningsih, N. dan Lastariwati, B. 2021. Kandungan Gizi, Aktivitas Antioksidan dan Uji Organoleptik Puding Berbasis Kembang Kol (*Brassica oleracea* var. *botrytis*) dan Strawberry (*Fragaria x ananassa*). *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*. 10(1): 194–200. <https://doi.org/10.17728/jatp.7061>.
- Wangiyana, I.G.A.S. *et al.* 2023. Pelatihan Responden Sensori Pangan untuk Mahasiswa Program Studi Kehutanan Universitas Pendidikan Mandalika Menggunakan Variasi Skala Hedonik. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*. 5(4): 827–834. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1567>.
- Wijaya, O.G.M., Meiliana, M. dan Lestari, Y.N. 2021. Pentingnya Pengetahuan Gizi untuk Asupan Makan yang Optimal pada Atlet Sepak Bola. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*. 1(2): 22–33. <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v1i2.51832>.
- Wulandari, R.T., Widyastuti, N. dan Ardiaria, M. 2018. Perbedaan Pemberian Pisang Raja Ambon Terhadap VO2Max pada Remaja di Sekolah Sepak Bola. *Journal of Nutrition College*, 7(1): 8. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v7i1.20773>.
- Yu, D. *et al.* 2021. Chemical Compositions of Edamame Genotypes Grown in Different Locations in the US, *Frontiers in Sustainable Food Systems*. 5, pp. 1–14. Available at: <https://doi.org/10.3389/fsufs.2021.620426>.
- Yunisa, Suhaera dan Sari, S. 2023. Analisis Proksimat Bronok (*Acaudina malpadioides*). *The Journal General Health and Pharmaceutical Sciences Research*. 1(2):31–40. Available at: <https://doi.org/10.57213/tjghpsr.v1i2.224>.
- Yusni, Y. dan Amiruddin, A. 2021. Dampak Konsumsi Susu Kambing terhadap Antropometri, Tekanan Darah, Kekuatan Otot Tungkai dan Kalsium pada Pesepakbola Junior. *Action: Aceh Nutrition Journal*. 6(1): 82. <https://doi.org/10.30867/action.v6i1.421>.
- Yustika, G.P. 2018. Peranan karbohidrat dan Serat Pangan untuk Pemain Sepakbola. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 8(2): 49–56.
- Zahra, S. dan Muhlisin, M.- 2020. Nutrisi Bagi Atlet Remaja. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1): 81–89. Available at: <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.25097>.
- Zare, R. *et al.* 2023. Effect of Soy Protein Supplementation on Muscle Adaptations, Metabolic and Antioxidant Status, Hormonal Response, and Exercise Performance of Active Individuals and Athletes: A Systematic Review of Randomised Controlled Trials. *Sports Medicine*. 53(12): 2417–2446. Available at: <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01899-w>.

- Zebua, L.I. *et al.* 2023. Keragaman Fenetik Pisang Lokal yang Dimanfaatkan oleh Masyarakat Sentani Kabupaten Jayapura, Papua. *Jurnal Biologi Papua*, 15(1): 69–77. Available at: <https://doi.org/10.31957/jbp.2608>
- Zhu, X. *et al.* 2018. Comparative Study of Volatile Compounds in the Fruit of Two Banana Cultivars at Different Ripening Stages. *Molecules*, 23(10). Available at: <https://doi.org/10.3390/molecules23102456>.