

DAFTAR PUSTAKA

- Bagustila, E. S., Sulistiyani, Nafikadini, I. 2015. *Konsumsi Makanan, Status Gizi dan Tingkat Kebugaran Atlet Sepak Bola Jember*. Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2015
- Bryantara, O. F. 2016. *Faktor yang Berhubungan Dengan Kebugaran Jasmani (VO₂ Maks) Atlet Sepak Bola*. Jurnal Berkala Epidemiologi, Vol. 4 No. 2, Mei 2016
- Chandradewi, I. 2017. *Asupan energi, protein, dan stamina atlet di pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar Nusa Tenggara Barat*. Journal of Chemical Information and Modeling.
- Cholik Mutohir, Toho, Ali Maksum. 2007. *Sport Development Index Jakarta PT Indeks*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Cholik Mutohir, Toho, Ali Maksum. 2007. *Sport Development Index Jakarta PT Indeks*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Departemen Kesehatan RI. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI: 2009.
- Elvia, Siti fatimah, S. . N. 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.
- Fatmah, Ruhayati, Y. 2011. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*, Lubuk Agung, Bandung.
- FIK UNY. 2007. "*Majalah Ilmiah Olahraga*". Yogyakarta : FIK UNY
- Giriwijoyo, Santoso Y. S. 2005. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Penerbit Institut Teknologi Bandung
- Hanum, F. 2011. *Hubungan karakteristik atlet, pengetahuan gizi, konsumsi pangan, dan tingkat kecukupan gizi terhadap kebugaran atlet bola basket di smp/sma ragunan Jakarta Selatan*. Institut Pertanian Bogor.
- Harsono. 2017. *Periodisasi program latihan*. Rosda Karya
- In Muthmainnah, I. A. 2019. *Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro (Protein)*. Jurnal kesehatan masyarakat mulawarman.

- Irianto, Djoko Pekik. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset
- Ismaryati. 2006. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Kemenkes RI. 2014. *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenpora RI. *Prestasi Dan Cabang Olahraga Unggulan Kementerian Pemuda Dan Olahraga Republik Indonesia*. Jakarta: Kemenkes; 2014.
- Kerksick, Kulovitz. 2013. *Nutrition and Enhanced Sports Performance, Chapter 36: Requirements of Energy, Carbohydrates, Proteins and Fats for Athletes*. USA: Elsevier Inc.
- Lutan. 2001. *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Pendekatan Pendidikan Gerak di Sekolah Dasar. Dirjen Olahraga. Depdiknas.
- Mustamin, Kunaepah U, Ayu SD. 2010. *Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan, dan Status Gizi di Pusdiklat Olahraga Pelajar Sudiang Kota Makassar*. MediaGizi Pangan. 2010
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Panggabean, M. S. 2020. *Peran Gizi Bagi Olahragawan*. Medan : PT. Kalbe Farma.
- Prawira R.R.Z, Tribinuka T. 2016. *Pembinaan pemain muda melalui akademi sepak bola*. Jurnal sains dan seni ITS Vol. 5, No 2, 2016
- Ramacahya, M., Mury, K., dan Dudung, A. 2010. *Asupan Energi dan Zat Gizi Makro, Kebiasaan Merokok, Konsumsi Alkohol dan Kuantitas Tidur Terhadap kebugaran dan Keterampilan Shooting atlet Basket ASPAC Jakarta*. Gizi.
- Rizqi, H., Udin, I. 2018. *Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Atlet Basket Remaja Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Media Gizi Indonesia.
- Sadli, M. 2012. *Hubungan Antara Asupan Energi, Protein, Status Gizi dan Kesegaran Jasmani Pada Anggota Klub Tennis Meja Satelit dan Salero Star Kota Ternate*.

- Sugiarto. 2012. *Hubungan Asupan Energi, Protein dan Suplemen dengan Tingkat Kebugaran*. Universitas Negeri Semarang.
- Supariasa, I.D.N, Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Surtiyo, Utomo, Suwandi. 2008. *Penjasorkes SMP VII*. Jakarta: Penerbit Bumi Aksara.
- Susetyowati. 2016. *Gizi Remaja dalam Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
- Susilowati, Kuspriyanto. 2016. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Syafrizar, Welis, Wilda. 2009. *Gizi Olahraga*. Malang : Wineka Media.
- Tanjung Nova Putri. 2018. *Hubungan asupan zat gizi makro dan persen lemak tubuh dengan nilai kebugaran jasmani atlet di upkd kebakatan olahraga Provinsi Sumatera Barat*. Universitas Andalas.
- Yudha, Imam. 2007. *Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Protein Terhadap Daya Tahan Tubuh (Endurance) Atlet Sepak Bola Di Klub Persib Bandung*. Bandung: Politeknik Kesehatan Bandung Jurusan Gizi.
- Yuliatin dan Noor. 2012. *Bugar dengan Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.

LAMPIRAN 1
SURAT PERNYATAAN BERSEDIA MENJADI SAMPEL PENGAMATAN