

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, Alamsyah. (2016). Hubungan Antara Kegiatan Ekstrakurikuler Paskibraka Dengan Penanaman Kedisiplinan Siswa di MA AL-Fatah Palembang. Skripsi.
- Almatsier, Sunita. (2009). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Andalasari, Ricca, & Berbudi BL, Abdurahman. (2018). Kebiasaan Olahraga Berpengaruh Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Jakarta III.
- Arista, Agustin Dwi, Widajanti, Laksmi, & Aruben, Ronny. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Indeks Masa Tubuh/Umur dengan Kekurangan Energi Kronik Pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Ayu, Dwi Novitasari, Rahfiluddin, M. Zen, & Suroto. (2016). Tingkat Konsumsi Energi, Aktivitas Fisik dan Kesegaran Jasmani Pada Posisi (Tosser dan Smasher) Atlet Bola Voli . Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Depdiknas. (2000). Dasar-Dasar Kepeleatihan. Jakarta: Depdiknas.
- Depkes RI. (2005). Pedoman Umum Gizi Seimbang. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat.
- Eka Buana Sari, Ni Putu. (2018). Perbedaan Komposisi Tubuh dan Kebugaran Fisik Pada Remaja Putri yang Mengikuti Ekstrakurikuler Menari dan Olahraga di SMAN 5 Denpasar. Skripsi.
- Fatahilah, Adika. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket. Jurnal Gelanggang Olahraga Volume 1 e-ISSN : 2597-6567, 13.
- Febrianto, Alan Sigit, & Bakhri, Syamsul. (2017). Pelaksanaan Aktivitas Ekstrakurikuler Paskibra (Pasukan Pengibar Bendera) Dalam Pembentukan

- Karakter, Moral dan Sikap Nasionalisme Siswa SMA Negeri 3 Surakarta.
JURNAL MORAL KEMASYARAKATAN - VOL.2, NO.2, 75-93.
- Fitriyana, Darul. (2013). Status Kebugaran Jasmani Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMPN 2 Majenang. Skripsi.
- Herawati, Lilik. (2016). Nutrisi Atlet. Retrieved from Universitas Airlangga:
<https://fk.unair.ac.id/archives/2016/03/09/nutrisi-atlet.html>
- Hidayati, Nurul Laily. (2015). Buku Ajar : Asuhan Gizi Olah Raga. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Indresti, Juni. (2017). Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi Dengan Kesegaran Jasmani Pada Siswa SKADIK 105 WARU LANUD Adisutjipto. Naskah Publikasi.
- Kemenkes RI, 1995/Menkes/SK/XII/2010 (Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia 2010).
- _____. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta.
- _____. (2016). Situasi Gizi. Info Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- _____. (2019). Apa Saja Manfaat Aktivitas Fisik Pada Remaja.
- Kusharto, Clara., & Supariasa, I Dewa Nyoman. (2014). Survei Konsumsi Gizi. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Limpeleh, Fitriani Valentine. (2015). Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di Kompleks Pasar 45 Kota Manado.
- Maetryani, Ni Made. (2018). Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang, Pola Konsumsi Makanan, dan Status Gizi Siswa SMA Negeri 1 Tegallalang Kabupaten Gianyar Provinsi Bali.

- Mentari, Yulian Afrinda, Yosephin, Betty, & Kusdalinah. (2015). Perbedaan Kesegaran Jasmani Dilihat dari Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* Volume 5. Edisi 2. Desember 2015. ISSN: 2088-6802.
- Miko, Ampera, Azhari, & Suwardi. (2017). Hubungan Imej Tubuh, Pengetahuan Gizi, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Siswa SMA di Kota Banda Aceh. Naskah Publikasi.
- Notoatmodjo. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novi. (2019). Juara Diraih SMAN 1 Sukawati, Kostum Terbaik SMA 3 Denpasar. Denpasar: Nusa Bali.
- Nurul Anggarini, F. (2015). Perbandingan Aktifitas Fisik, Asupan Gizi, dan Kebiasaan Sarapan dengan Nilai Estimasi VO₂max antara Anggota dan Bukan Anggota Ekstrakurikuler Olahraga di SMAN 47 Jakarta Tahun 2015. Naskah Publikasi.
- Par'i, Holil Muhammad. (2017). *Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta: EGC.
- Rachmayani, Siti Andina, Kuswari, Mury, & Melani, Vitria. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal of Human Nutrition*.
- Rahmania, Aulia, & Dewi Candra, Ratna. (2018). Tingkat Konsumsi Karbohidrat, Status Hidrasi dan Tingkat Kelincahan pada Atlet Basket Remaja. *Research Study*.
- Rimawan, Robertus. (2012, Agustus 5). *Jenis Olahraga dan Kalori Yang Berhasil di Bakar*. Manado, Sulawesi Utara, Indonesia.

- Septiana, Sri Lesy. (2011). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Konsumsi Energi dan Protein Pada Peserta Didik Di Man Insan Cendikia Serpong Tahun 2010. Skripsi.
- Setyawati, Ririn Indah. (2006). Hubungan Antara Pola Konsumsi Makanan dan Tingkat Konsumsi Gizi Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah di Panti Asuhan. Skripsi.
- Suharjana. (2013). Aktivitas Fisik Bagi Kebugaran dan Kesehatan. Yogyakarta.
- Supariasa, I Dewa Nyoman, Bakri, Bachyar, & Fajar, Ibnu.(2012). Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.
-
- _____.(2017). Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC: Penerbit Buku Kedokteran.
- Suparta, I Komang. (2017). SMAN 1 Sukawati. Retrieved from Sekolah Kita: <http://sekolah.data.kemdikbud.go.id/index.php/chome/profil/f012c3a4-458d-4535-b5ea-e6fbcd923bab>
- Susanti Amirudin, Susi. (2011). Hubungan Frekuensi Olahraga dan Komposisi Tubuh (Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Persen Lemak Tubuh) dengan Kesegaran Jasmani Pada Siswi SMA. Artikel Penelitian.
- Susilowati. (2007). Faktor-Faktor Risiko Kesegaran Jasmani Pada Polisi Lalu Lintas Di Kota Semarang. Doctoral dissertation, Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro.
- Syafrizar, Welis, Wilda. (2009). Gizi Olahraga. Malang: Wineka Media.
- Wahyuningsih, Ni Putu. (2013). Hubungan Status Gizi dan Kecerdasan Intelegensi Dengan Hasil Belajar Fisika SIswa SMA Negeri 8 Denpasar.
- Wibowo, Aji. (2013). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra SMAN 2 Banjarnegara. Naskah Publikasi.

- Widya Jahri, Ira, Suyanto, & Ernalia, Yanti. (2016). Gambaran Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis. Artikel Penelitian.
- Widyastari, Hasti, & Setiowati, Anies. (2015). Pengaruh Status Gizi, Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Terhadap VO2 Maks. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia.
- Yuda. (2018). Buleleng Absen, Jembrana Malah Kirim Tiga Tim. Nusa Bali.
- Yustanti, Isro Nawangsih. (2014). Perbedaan Status Gizi, Aktifitas Fisik dan Prestasi Belajar Siswa yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gubug Grobogan. Naskah Publikasi.