

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifi, S.N. 2015. *Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Klub Djarum Dan Faktor Yang Mempengaruhi*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Alfarisi, Ringgo, W. Karhiwikarta, D. Hermawan. 2013. *Faktor– Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati* dalam Jurnal Dunia Kesmas. Volume 2, nomor 1.
- Almatsier, S. 2011. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. GramediaPustaka Utama.
- Almatsier,S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- Anonim.2017.Tabel kategori pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi.<https://www.scribd.com/document/353816118/Tabel-Kategori-pemenuhan-asupan-berdasarkan-kategori-kecukupan-gizi-docx>. diakses tanggal 6 April 2020
- Anonim.2020. *Standar Ukuran, Berat , dan Bahan Shuttlecock* (Bola Badminton).<https://penjaskes.co.id/shuttlecock-bola-badminton/>. diakses tanggal 6 April 2020
- Campbell. 2007. *International Society of Sports Nutrition position stand: protein and exercise*. Published in the Journal of the International Society of Sports Nutrition. Updated and revised on 26 September 2007.
- Ciptadi, Z.D. 2013. *Status Kebugaran Jasmani dan Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB gama usia 13–14 tahun*. skripsi. yogyakarta: universitas negeri yogyakart
- Citra, A.2015. *Hubungan Intensitas Latihan, Status Gizi Dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Pada Mahasiswa UKM Beladiri*.Skripsi. Intitut Pertanian Bogor. Bogor
- Demalla,A.A, Adisoejatmien,G.S.P,Purbowati.2018. *Hubungan Antara Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Kesegaran Jasmani Pada Atlet PPLOP Provinsi Jawa Tengah*.Jurnal Gizi dan Kesehatan. Volume1 10, Nomor 23
- Departemen Kesehatan. 1996. *Pedoman Pemantauan Gizi Orang Dewasa*. Jakarta (ID): Depkes.
- Dinas Kesehatan Provinsis Bali.2018. *Laporan Kebugaran Fisik Anak usia 10-14 tahun di Bali*.Bali:Dinkes Prov Bali.
- Fattah,SA.2015.*Pengaruh Latihan Bulutangkis Terhadap Perubahan Tingkat Kebugaran Fisik (VO2 MAX, Tekanan Darah, Dan Kadar Hemoglobin) Mahasiswa UKM UIN Alauddin Makassar 2015*.Skripsi. Universitas Islam Negeri Alauddin.Makasar.

- Gutin B, Yin Z, Humphries MC, Barbeau P. 2005. *Relations of moderate and vigorous physical activity to fitness and fatness in adolescents*. Am J Clin Nutr 81(4): 746-750.
- 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.
- Heithold, K., & Glass, S. (2002). "Variations In Heart Rate and Perception of Effort During Land and Water Aerobics in Older Women". Journal of Exercise Physiology, Vol.5 (4), pp. 22-28.
- Indrawagita, L. 2009. *Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Gizi dengan Kebugaran pada Mahasiswa Program Studi Gizi FKMUI Tahun 2009*. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Irianto, D.P. 2006. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi.
- Ismanto. 2012. *Model Pengembangan Permainan Bulutangkis*. Solo: Cv Setyaki Eka Anugerah. Jakarta.
- Kasumi. 2014. *Gambar Bulutangkis Beserta Gambarnya*. <https://brainly.co.id/tugas/645172> .diakses tanggal 6 April 2020
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia .2014. *Pedoman gizi olahraga prestasi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia .2016. *Situasi gizi di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusharto, C., & Supriasa, I. N. 2014. *Survei Konsumsi Gizi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Laily, H.N. (2015). *Asuhan Gizi Olahraga*. (A. Sahala, Ed.). Yogyakarta
- Mayang, V.A, Tatik, M. 2014. *Hubungan Intensitas Latihan ,Persen Lemak Tubuh, Kadar Hemoglobin Dengan Ketahanan Kardiorespirasi Atlet Sepak Bola*. Jurnal Of Nutrition College. Volume 3, Nomor 1.
- Mentari, Y. A., Yosephin, B., & 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.
- Moehji, S. (2017). *Dasar-dasar Ilmu Gizi (2nd ed.)*. Jakarta: Pustaka Kemang.
- Muhammad. (2016, Mei 13). *Gelar Tes Kebugaran Melalui Metode Rockport Oleh Dinas Kesehatan Indra Giri Hilir*. Tembilahan, Riau, Indonesia.
- Muizzah, L. (2013). *Hubungan Antara Kebugaran Dengan Status Gizi dan Aktivitas Fisik Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif*

- Hidayatullah Jakarta Tahun 2013*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Jakarta
- Muthmainnah,I, Ismail,A.B, Sulusty,P. 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.Volume 1, Nomor 1
- Nada,D.F.(2019).*Hubungan Asupan Natrium, Kalium, Intensitas Latihan, Daya Tahan Jantung Paru Pada Atlet Sepakbola Diklat Persib Under (U-21)*.Skripsi.Poltekkes Kemenkes Bandung.Bandung
- Nala,N. 2015.*Prinsip Platihan Fisik Olahragwan*.Denpasar:Udayana University Press
- Notoatmodjo. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- PBSI.2003. *Prestasi Atlet Bulutangkis Indonesia*.Alex Media Komputindo. Jakarta.
- Putri H. 2015. *Faktor yang Berhubungan dengan Kebugaran Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Rahma, Z, Defriani,D,Iswanelly,M,Eva,Y,Kasmiyetti.2020.*Hubungan Somatotype Dan Asupan Gizi Makro Dengan Kebugaran Jasmani Atlet*.Jurnal Gizi Unimus. Volume 9, Nomor 2.
- Rahmani, M. 2014. *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas. Rapha Publishing.
- Ruhayati dan Fatmah. 2011. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung: Lubuk Agung.
- Sandi IN. 2013. *Hubungan antara tinggi badan, berat badan, indeks massa tubuh, dan umur terhadap frekuensi denyut nadi istirahat siswa SMKN 5 Denpasar*. Sport and Fitness Journal 1(1): 38-44
- Subarjah, H. (2000). *Bulutangkis*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Subekti.2020.*Ukuran Lapangan Bulutangkis*. <https://insanajisubekti.wordpress.com/tag/ukuran-lapangan-bulu-tangkis/>
- Sugiarto. 2012. *Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Suplemen dengan tingkat Kebugaran dalam Jurnal Media Ilmu keolahragaan Indonesia*. Volume2, edisi 2. Hal: 94-101
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Susilowati. 2007. *Faktor-faktor kesegaran jasmani pada polisi lalu lintas di Kota Semarang*. Media Gizi & Keluarga 4(2), 91—98.
- Sutanto, T. 2016. *Buku Pintar Olahraga*.Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Virgianto, R.A.2013. *Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Terhadap Kebugaran Atlet Sepak Bola Persik Kediri U-21*. Sarjana thesis, Universitas Brawijaya.

Wiarso, G. 2013. *Fisiologi dan olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Widaninggar, W. 2010. *Tes kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Umur 10-12 Tahun*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Winters,K.2013.*Program Latihan Osteoporosis*.Yogyakarta:PT Citra Aji Parama.