

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D. A. N., Hestningsih, R., & Saraswati, L. D 2017, 'Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kebugaran Jasmani pada Remaja Siswa Kelas XI SMK NEGERI 11 SEMARANG', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol.5, no.3, Retrieved from <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Alfitasari, A., Dieny, F. F., Ardiaria, M., & Tsani, A. F. A 2019, 'Perbedaan Asupan Energi , Makronutrien , Status Gizi , Dan VO2maks Antara Atlet Sepak Bola Asrama dan Non Asrama', *Media Gizi Indonesia*, vol.14, no.1, hlm. 14–26.
- Almatsier, S. 2009, *Prinsip Dasar Ilmi Gizi*, Gramedia Pustaka Utama, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1002/ca.22400>
- Amanda, N., Nisa, K., & S, T 2015, 'Pengaruh Status Nutrisi Terhadap Kebugaran Fisik Atlit Karate Di Bandar Lampung', vol. 4, hlm 1–4.
- Ariyanti, D., Kurdani, W., & Suryani, I. 2018, 'Hubungan Antara Status Gizi Dan Somatotype Dengan Kebugaran Jasmani Atlet Sepak Bola'. Retrieved from <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/512/>
- Arum, V. M., & Mulyati, T. 2014, 'Hubungan Intensitas Latihan, Persen Lemak Tubuh, Dan Kadar Hemoglobin Dengan Ketahanan Kardiorespirasi Atlet Sepak Bola'. *Journal of Nutrition College*, vol.3, hlm 179–183.
- Ash-Shidiqy, A. M. 2016, 'Tingkat VO2Max Junior dan Senior Putra dan Putri Daerah Istimewa Yogyakarta'.
- Awinda, E. Z. 2018, 'Determinan yang Berhubungan dengan Kebugaran Kardiorespirasi (VO2MAKS) pada siswa UPTD SMP Negeri 17 Depok Tahun 2018'.
- Bean, A. 2014, *Food for Fitness-How to Eat for Maximum Performance (4th edition)*. London, Bloomsbury.
- Buchheit, M. 2008, 'The 30-15 intermittent fitness test: Accuracy for individualizing interval training of young intermittent sport players'. *Journal of Strength and Conditioning Research*. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181635b2e>
- Buchheit, M. 2010, 'The 30-15 Intermittent Fitness Test: 10 year review'. *Myorobie Journal*, vol. 1. Retrieved from <http://www.martin-buchheit.net/>

- Casazza, G. A., Tovar, A. P., Richardson, C. E., Cortez, A. N., & Davis, B. A. 2018, 'Energy availability, macronutrient intake, and nutritional supplementation for improving exercise performance in endurance athletes'. *Current Sports Medicine Reports*. <https://doi.org/10.1249/JSR.0000000000000494>
- Clark, N. 2014, 'Super Sport Foods : Do They Really Need to be Exotic'. *American Fitness*, hlm 66–67.
- Cooper, C. B., & Storer, T. W. 2001, *Exercise Testing and Interpretation.*: Cambridge University Press, United Kingdom.
- Cornia, I. G., & Adriani, M. 2018, 'Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Taekwondo'. *Amerta Nutrition*, vol. 2, no. 1, hlm 90–96. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i1.2018.90-96>
- Čović, N., Jelešković, E., Alić, H., Rado, I., Kafedžić, E., Sporiš, G., ... Milanović, Z. 2016, 'Reliability, validity and usefulness of 30-15 intermittent fitness test in female soccer players'. *Frontiers in Physiology*. <https://doi.org/10.3389/fphys.2016.00510>
- Depkes. 2002, *Gizi Pemain Sepakbola*, Departemen Kesehatan, Jakarta.
- Dewi, E. K., & Kuswary, M. 2013, 'Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Status Gizi Terhadap Kebugaran Atlet Bulutangkis Jaya Raya Pada Atlet Laki-Laki Dan Perempuan Di Asrama Atlet'.
- Dewi, S. G. S., Kuswari, M., & Wahyuni, Y. 2016, 'Hubungan antara Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, dan IMT dengan VO2 Max pada remaja laki usia 14 dan 15 Tahun di Serpong City Soccer School, Tangerang'..
- Fatmah, & Ruhayati, Y. 2011, *Gizi Kebugaran dan Olahraga*, Lubuk Agung, Bandung.
- FIFA. 2007, *FIFA Big Count 2006 : 270 million people active in football Big Count : Comparison 2006 – 2000. Communications*.
- FIFA. 2019, FIFA/Coca Cola Men's World Ranking. Retrieved from <https://www.fifa.com/fifa-world-ranking/ranking-table/men/>
- Goedecke, J. H., White, N. J., Chicktay, W., Mahomed, H., Durandt, J., & Lambert, M. I. 2013, 'The effect of carbohydrate ingestion on performance during a simulated soccer match', *Nutrients*, vol.5, no. 12, 5193–5204. <https://doi.org/10.3390/nu5125193>
- Gropper, S. S., & Smith, J. L. 2013, *Advanced Nutrition and Human Metabolism Sixth Edition* (6th ed.). Wadsworth, USA.

- Handayani, D., & Anggraeny, O. 2015, *Nutrition Care Process (NCP)*. (D. Handayani & O. Anggraeny, Eds.) (1st ed.). Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Hardinsyah, & Aries, M. 2012, 'Jenis Pangan Sarapan Dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian'. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, vol.7, no. 2, hlm 89–96.
- Hardinsyah, & Supariasa, I. D. N. 2016, *Ilmu Gizi : Teori & Aplikasi*. EGC.
- Harvey, R. A., & Ferrier, D. R. 2011, *Lippincott's Illustrated Reviews: Biochemistry Fifth Edition* (5th ed.). Lippincott Williams & Wilkins, Wolters Kluwer Business, Philadelphia.
- Hidayat, Y. 2015, 'Hubungan Pengetahuan Gizi, Asupan Karbohidrat Dan Protein Terhadap Tingkat Kebugaran Pada Atlet Bola Basket Sma Negeri 13 Bandung Tahun 2015'.
- Hoeger, W. W. K., & Hoeger, S. A. 2011, *Principles and Labs for Physical Fitness*. Wadsworth, California.
- Indonesia, A. D., Indonesia, I. D. A., & Indonesia, P. A. G. I. 2014, *Penuntun Diet Anak*. (S. S. Nasar, Ed.) (3rd ed.). Badan Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta.
- Indrajaya, F. A. 2015, 'Analisis Status Gizi Pemain Persatuan Sepak Bola Unnes'.
- Jeukendrup, A. E., & Randell, R. 2011, 'Fat burners: Nutrition supplements that increase fat metabolism'. *Obesity Reviews*. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2011.00908.x>
- Kemenkes. 2015, *INFODATIN Pembinaan Kesehatan Olahraga di Indonesia*, Jakarta.
- Kemenpora. 2015, *Penyajian Data dan Informasi Kepemudaan dan Keolahragaan 2014*. Jakarta. Retrieved from [http://kemenpora.go.id/pdf/Penyajian Data dan Informasi Kepemudaan dan Olahraga 2014 14 Januari 2016.pdf](http://kemenpora.go.id/pdf/Penyajian%20Data%20dan%20Informasi%20Kepemudaan%20dan%20Olahraga%202014%2014%20Januari%202016.pdf)
- Kenney, W. L., Wilmore, J. H., & Costill, D. L. 2018, *Physiology of Sport and Exercise*. (A. N. Tocco & K. Walsh, Eds.) (6th ed.). Human Kinetics, USA.
- McCarthy, H. D., Cole, T. J., Fry, T., Jebb, S. A., & Prentice, A. M. 2006, 'Body fat reference curves for children'. *International Journal of Obesity*. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803232>
- Melinda, M., Meyer, N., & Thompson, J. 2009, *Sports Nutrition for Health and Performance*. [https://doi.org/0002-8703\(92\)90504-O](https://doi.org/0002-8703(92)90504-O) [pii]

- Mondal, H., & Mishra, S. P. 2017, 'Effect of BMI, body fat percentage and fat free mass on maximal oxygen consumption in healthy young adults'. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, vol. 11, no. 6, CC17-CC20. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/25465.10039>
- Nieman, D. C. 2011, *Exercise Testing and Prescription: a Health-related approach*. Sports Medicine. McGraw-Hill Companies Inc. USA. <https://doi.org/10.2165/00007256-199621050-00002>
- Noordia, A. 2015, 'Hubungan Persentase Lemak Tubuh Terhadap Kemampuan Vo2max Pada Atlet Gulat Kota Surabaya'. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, vol. 03, no. 03, hlm 118–124.
- Notoadmojo, S. 2010, *Metodelogi Penelitian Kesehaan*. Rineka Cipta, Jakarta. <https://doi.org/S0887899401003605> [pii]
- Nugraha, A. C. 2012, *Mahir Sepakbola*, Nuansa Cendikia, Bandung.
- Nugraha, R. 2013, 'Profil Kemampuan Daya Tahan (VO2max) tim Sepak Bola SURATIN dan Tim PORDA SUMEDANG'.
- Par'i, H. M. 2016, *Penilaian Status Gizi : dilengkapi dengan proses asuhan gizi terstandar*. (E. Rezkina, Ed.). EGC.
- Paradisis, G. P., Zacharogiannis, E., Mandila, D., Smirtiotou, A., Argeitaki, P., & Cooke, C. B. 2014, 'Multi-stage 20-m shuttle run fitness test, maximal oxygen uptake and velocity at maximal oxygen uptake'. *Journal of Human Kinetics*. <https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0035>
- penelitian dan Pengembangan Kesehatan, B. 2013, *Riset Kesehatan Dasar 2013*.
- Permatasari, F. D., Adi, A. C., & Dewi, R. C. 2018, 'Hubungan Status Gizi dan Level Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran pada Pemain Bola Basket di UKM Basket', hlm 332–339. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i4.2018.332-339>
- Pertiwi, A. B., & Murbawani, E. A. 2012, 'Pengaruh Asupan Makan (Energi, Karbohidrat, Protein Dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (Vo2 Maks) Atlet Sepak Bola'. *Journal of Nutrition College*.
- Pratama, A. W. P. 2018, 'Hubungan Status Gizi Dan Status Hidrasi Terhadap VO2MAX Pada Atlet Sepakbola BERINGIN PUTRA FOOTBALL CLUB WONOSOBO'.
- Pritasari, Damayanti, D., & Lestari, N. T. 2017, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Badan Pusat Pendidikan Sumber Daya Kemanusiaan, Kemenkes RI, Jakarta.

- Putra, Y. S. 2013, 'Perbedaan Tes Balke, Tes Cooper, Dan Tes Multistage Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Bola Voli Yuso Sleman'. Retrieved from <https://eprints.uny.ac.id/14878/1/SKRIPSI.pdf>
- Ramadhana, M. M. L., & Prihanto, J. B. 2016, 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Di Sma Negeri Plandaan Jombang'. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, vol. 4, no.2, hlm 467–471. Retrieved from <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Rustandi, K. 2016, *Rencana Aksi Kesehatan Kerja dan Olahraga Tahun 2016-2019*, Jakarta. Retrieved from http://www.kesjaor.kemkes.go.id/documents/Ran_Full.pdf
- Rutherford, W. J., Diemer, G. A., & Scott, E. D. 2010, 'Comparison of Bioelectrical Impedance and Skinfolds with Hydrodensitometry in the Assessment of Body Composition in Healthy Young Adults'. *Journal of Research*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1055/s-0033-1341473>
- Sajoto, M. 1995, *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Dahara Prize, Jakarta.
- Saktianingsih, R. 2015, 'Tingkat Kebugaran Kardiorespirasi Siswa Kelas X Tari Smk N 1 Kasihan Bantul'.
- Setiawan, Y. 2018, 'Profil Kondisi Fisik Pemain Persiba Bantul Dalam Menghadapi Turnamen Indonesian Soccer Championship (Isc) B Tahun 2016'.
- Sevilla, E. ., & Consuelo, G. 2007, *Research Methods. Revised Edition*. Rex Printing Company, Manila.
- Sharkey, B. . 2011, *Fitness and Health*. (E. D. Nasution, Ed.). PT. Raja Grafindo Persada.
- So, W. Y., & Choi, D. H. 2010, 'Differences in physical fitness and cardiovascular function depend on BMI in Korean men'. *Journal of Sports Science and Medicine*, vol. 9, no. 2, hlm 239–244.
- Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. 2002, *Penilaian Status Gizi*. (M. Ester, Ed.). EGC, Jakarta.
- Sutonda, A. 2009, *Penataran Nasional Pengembangan Model Pembelajaran dan Perencanaan Penyusunan Program Latihan Softball*. Retrieved from http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR. PEND. OLAHRAGA/195806201986011-ANDI_SUNTODA_SITUMORANG/Pntrn_Softball.pdf

- Vania, E. R., Pradigdo, S. F., & Nugraheni, S. 2018, 'Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani (Studi Pada Atlet Softball Perguruan Tinggi Di Semarang Tahun 2017)', vol. 6, hlm 2356–3346. Retrieved from <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- WHO. 2015, 'Adolescent Development: Topics at Glance'. Retrieved from http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en/#
- Widiartha, F. 2013, 'Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik, dan Asupan Gizi dengan Nilai Estimasi VO₂max pada Siswa dan Siswi SMP Negeri 187 Jakarta Tahun 2013'.
- Widyastuti, Y., & Rahmawati, A. 2009, *Kesehatan Reproduksi* (1st ed.). Firtramaya, Yogyakarta.
- Wijayanti, D. N., Sukmaningtyas, H., & Fitranti, D. Y. 2018, 'Kesesuaian Metode Pengukuran Persentase Lemak Tubuh Skinfold Caliper Dengan Metode Bioelectrical Impedance Analysis'. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, vol. 7. Retrieved from <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico>
- Williams, M. H., Anderson, D. E., & Rawson, E. S. 2013, *Nutrition for Health, Fitness & Sport* (10th ed.). McGraw-Hill Companies Inc, New York.
- Yaaqoub, C., & Houssein, Z. M. 2019, 'The Relationship between Maximum Oxygen Consumption (VO₂ Max) and Body Fat Percentage of the Male Secondary School Pupils (15-18 Years)', <https://doi.org/10.17265/2328-7136/2018.04.005>