

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. A., Rahmah, H. A., Kesehatan, F. I., & Soedirman, U. J. (2024). *Hubungan Asupan Karbohidrat , Kadar Glukosa Darah , dan Status Gizi Terhadap Heart Rate Recovery pada Atlet Sepak Bola Remaja. 1*(1), 1–13.
- Alfionita Saketa, V., & Lam Akhmady, A. (2022). Survei Kondisi Fisik Atlet Nomor Lari Pada Club Atletik Mandiri Kota Ternate. *Jurnal IPTEK Olahraga Dan Rekreasi, 1*(2), 70–87.
<https://jurnal.stkipkieraha.ac.id/index.php/jipor>
- Alimuddin, Liza, & Akbar, A. (2023). Analisis Pengaruh Latihan Kombinasi Weight Training Dengan Running Abc Untuk Meningkatkan Kecepatan Atlet Lari Gawang. *Journal of Sport Science and Fitness, 8*(2), 150–155.
<https://doi.org/10.15294/jssf.v8i2.63144>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN. *JURNAL PILAR, 14*(1), 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>
- Aqmain, F. N., & Irsyada, M. (2018). *HUBUNGAN IMT (INDEKS MASSA TUBUH) TERHADAP VO2MAX ATLET KOTA PASURUAN. 53–58.*
- Batubara, A. A., & Sinaga, R. N. (2021). Hubungan Kadar Hemoglobin Dan Vo2 Max Pada Atlet Lari Jarak Jauh Pplm Unimed. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga, 5*(1), 34. <https://doi.org/10.24114/ko.v5i1.30366>
- Boy, A., Fitrianto, A. T., & Habibie, M. (2023). *HUBUNGAN KAPASITAS VO2 MAX (VOLUME OKSIGEN MAKSIMAL) TERHADAP KECEPATAN LARI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 9 BANJARMASIN TAHUN PELAJARAN 2022/2023. 9–11.*
- Candra, A. T., & Setiabudi, M. A. (2021). Analisis Tingkat Volume Oksige Maksimal VO2Max Camba Prodi Pjkr. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 7*(1), 10–17.
- Candra Susanto, P., Ulfah Arini, D., Yuntina, L., Panatap Soehaditama, J., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin, 3*(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Dirgantoro, K., & Wijanarko, B. (2019). Hubungan Antara Kecepatan Lari, Daya Ledak Otot Tungkai, Dan Panjang Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Ekstrakurikuler Atletik Smp Negeri 1 Jaten Karanganyar Tahun Ajaran 2018/2019. *Jurnal Kepelatihan Olahraga SMART SPORT, 14*, 27–36.

- Fidayani, I., Ayu, D., Dhesa, D. B., Abadi, E., & Hadrayanti, S. (2023). *1026-Article Text-2539-1-10-20230831*. 10.
- Fitri, A. S., & Fitriana, Y. A. N. (2020). Analisis Senyawa Kimia pada Karbohidrat. *Sainteks*, 17(1), 45.
<https://doi.org/10.30595/sainteks.v17i1.8536>
- Hardi, A. A., Temmassonge, A., Sawal, M., & Akmal. (2024). TINGKAT KEMAMPUAN VO2MAX MELALUI PENDEKATAN BALKE TEST PADA MEMBER KOMUNITAS LARIDO. *Journal of S.P.O.R.T*, 8(3).
- Haryanto, I., & Lisnawati, N. (2017). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEPATAN ANAK USIA SEKOLAH DI KABUPATEN PURWAKARTA. *Journal of Holistic and Health Science S*, 1(2), 125–132.
- Ichsania, N., Hammado, N., & Irawati, A. F. (2024). *PADA ATLET BASKET REMAJA OVERVIEW OF HYDRATION STATUS AND TYPES OF DRINKS DURING EXERCISE IN YOUNG BASKETBALL ATHLETES Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*. 7(December), 211–217.
- Ihsan, A., & Fadlih, A. M. (2022). Analisis Kondisi Fisik Atlet Pekan Olahraga Provinsi Kabupaten Sinjai (Studi pada Olahraga Permainan, Olahraga Terukur, dan Olahraga Beladiri). *Indonesian Journal of Social and Educational Studies*, 3(2). <https://doi.org/10.26858/ijses.v3i2.40840>
- Islamiyati, N., Gifari, N., & Desiani Rizki, P. (2021). Hubungan Status Gizi, Asupan Energi Dan Zat Gizi Terhadap Kecepatan Dan Kelincahan Peserta Ekstrakurikuler Hoki Sman Di Kabupaten Tangerang. *JGK*, 13(1), 124–142.
- Istiqomah, I. P. N., Kristiyanto, A., & Ardyanto, T. D. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Atlet Taekwondo Remaja. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(1), 1–7.
<https://doi.org/10.23917/fisiomu.v3i1.14802>
- Kemenkes. (2021). Pedoman dan Standar Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. In *Komisi Etik Penelitian dan Pengembangan Keseheatan Nasional*.
- Kusuma, A. D. (2020). Penilaian Status Hidrasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 13–17. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.196>
- Lestari, Y. N. A., & Amin, N. (2019). Hubungan Status Gizi, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi dengan Kecepatan pada Atlet Hockey Kota Surabaya. *Sport and Nutrition Journal*, 1(1), 19–26.
<https://doi.org/10.15294/spnj.v1i1.31275>

- Maulida, F., Hanum, F. N., & Arta, R. D. (2023). *HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ATLET DI UPTD KEBAKATAN OLAHRAGA PROVINSI SUMATERA BARAT*. 3(October), 2797–5894. <https://doi.org/10.37887/jgki.v2i4>
- Mubarok, A. H., Andrian, M. D., Syarif, M. A., & Rakhmawati, N. A. (2021). Analisis Pengaruh Penggunaan Platform Zedemydalam Ketercapaian Pembelajaran Mahasiswa dengan Metode Cross-Sectional(Studi Kasus: Mahasiswa SI ITS). *INFORMASI (Jurnal Informatika Dan Sistem Informasi)*, 13(1), 61–79.
- Muthmainnah, I., AB, I., & Prabowo, S. (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 (JKMM)*, 1(1), 24. <https://doi.org/10.30872/jkmm.v1i1.2525>
- Nissa, K., Alza, Y., & Roziana, R. (2023). Cookies Kacang Hijau Subtitusi Tepung Pisang Ambon Sebagai Camilan Pada Atlet : Uji Kadar Kalium dan Tingkat Kesukaan. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(1), 83–92. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i1.625>
- Nopiyanto, Y. E., Insanisty, B., Indriani, T., Kardi, I. S., Ibrahim, I., & Syafrial, S. (2023). Analisis Kondisi Fisik Atlet Atletik Putra di Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Provinsi Bengkulu. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(3), 693–703. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i3.7971>
- Nurkadri, Siagian, J., Barus, C. A., Pakpahan, T. A. A., Ritonga, S. M., & Sitohang, T. (2024). KAJIAN PENGARUH ASUPAN NUTRISI TERHADAP PERFORMA ATLET TENIS LAPANGAN. *Jurnal Ilmiah Kajian Multidisipliner*, 8(12), 34–38.
- Oktavrianto, D., & Noordia, A. (2020). Pengaruh Status Hidrasi Terhadap Kemampuan VO2Max Atlet Putra Cabang Olahraga Sepak Takraw SMAN Olahraga Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(2), 113–118.
- Panggabean, M. S. (2020). Peranan Gizi bagi Olahragawan. *Cdk-282*, 47(1), 62–66. <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/viewFile/346/146#:~:text=Zat gizi yang dibutuhkan atlet,membantu atlet mencapai performa terbaik.>
- Putra, S. E., Saripin, & Juita, A. (2017). Athletes Running Test in Athletics Association of Indonesia (Pasi) Riau Hubungan Daya Tahan Kecepatan Terhadap Hasil Lari 400 Meter Pada Atlet Atletik Putra Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (Pasi) Riau. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 4(1), 1–12.

- Putri, B. A., & Utami, R. P. (2024). Hubungan Status Gizi Terhadap Kelelahan Otot Pada Atlet Bela Diri di SKOI Samarinda. *Indonesian Food and Nutrition Research Journal*, 1(2).
- Putri, N. R., & Dhanny, D. R. (2021). LITERATURE REVIEW : KONSUMSI ENERGI, PROTEIN, DAN ZAT GIZI MIKRO DAN HUBUNGANNYA DENGAN PERFORMA ATLET. *Sport and Nutrition Journal*, 3(2), 14–24. <https://doi.org/10.1016/j.sasoi.2013.12.010>
- Resta, A., & Pratiwi, P. (2023). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Analisis Karakteristik Psikologi Atlet Atletik di Kabupaten Pati Menuju Porprov 2023*. 4, 364–374.
- 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*, 11(2), 182. <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i2.182-188>
- Rumini, Soegiyanto, Lumintuarso, R., & Rahayu, S. (2012). Pengaruh Metode Latihan, Bentuk Latihan Kecepatan dan Kelincahan terhadap Prestasi Lari 100 Meter. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 2(1), 42–49.
- Salam, N. A., Basith, I., & Sarifin. (2020). HUBUNGAN STATUS GIZI DAN HIDRASI TERHADAP VO2MAX PADA ATLET PERBASI PANGKEP. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154. <https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798> <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002> <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049> <http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391> <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205> <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205>
- Saputra, M., Ramadi, & Juita, A. (2017). *Correlation Endurance and Speed With the Results in the 800M Man'S Athlete Athletics Pasi Riau*. 1–12.
- Saputro, R. B. A., & Adi, A. C. (2020). PENGARUH SUBSTITUSI AMPAS TAHU DAN PENAMBAHAN PISANG AMBON PADA SNACK BAR KEDELAI UNTUK OLAHRAGAWAN (ASPEK DAYA TERIMA, EKONOMI DAN KANDUNGAN GIZI). *Media Gizi Indonesia*, 15(2), 66. <https://doi.org/10.20473/mgi.v15i2.66-72>
- Sofyan Hanif, A. (2015). Evaluasi Terhadap Sekolah Khusus Olahragawan Smp/Sma Ragunan Jakarta. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2, 243–255. <https://doi.org/10.21831/cp.v0i2.4231>
- Sukadana, B., & Sondakh, N. J. (2021). *Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kecepatan Lari 60 Meter Pada Siswa Putera Smp Negeri 3 Tondano Bacilius Sukadana 1 , Nofrie Jefrie Sondakh 2*.

- Sutriawan, A., Ivan, M., Aziz, M., & Syafrudin, M. A. (2023). Pengaruh Latihan Speed Ladder Terhadap Kemampuan Kecepatan Lari Jarak Pendek Atlet Atletik SMAN 10 Pinrang. *Journal PHysical Health Recreation (JPHR)*, 4(1 November 2023), 329–333.
- Taftazani, H. S., & Fauziah, N. (2019). Memahami Kesejahteraan Subjektif Pada Atlet Atletik Nomor Lari 10.000 Meter Pon Jateng. *Jurnal EMPATI*, 8(1), 61–67. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23575>
- Umami, D. A. (2019). Hubungan Media Pembelajaran Dan Minat Terhadap Motivasi Mahasiswi Tingkat III Kebidanan Widya Karsa Jayakarta. *Journal Of Midwifery*, 7(1), 6–16. <https://doi.org/10.37676/jm.v7i1.766>
- Umboh, Y. M. (2014). Kadar Kalium Serum Pada Latihan Fisik Intensitas Ringan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal E-Biomedik*, 2(1), 2–6. <https://doi.org/10.35790/ebm.2.1.2014.3710>
- Wijaya, O. G. M., Meiliana, M., & 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>
- Zahra, S., & Muhlisin, M.-. (2020). Nutrisi Bagi Atlet Remaja. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 81–89. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.25097>