

DAFTAR PUSTAKA

- ADmin 2017, *Prajurit tamtama memiliki peran penting dalam mendukung tugas satuan*, diakses 12 Mei 2017.
<https://tniad.mil.id/2017/04/prajurit-tamtama-memiliki-peran-penting-dalam-mendukung-tugas-satuan/>
- Almatsier, S 2006, *Prinsip dasar ilmu gizi*, Gramedia pustaka utama, Jakarta.
- Almatsier, S 2008, *Penuntun Diet edisi baru*, PT. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Amanda, N, Nisa, K, Tiwuk 2015, 'Pengaruh status nutrisi terhadap kebugaran fisik atlet karate di bandar lampung', *Fakultas kedokteran universitas lampung*, Lampung, Vol.4, No.6, hlm. 1-4.
<http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1387>
- Arikunto, S 2010, *Prosedur penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Edisi Revisi), Rineka Cipta, Jakarta.
- Azziza, F 2008, *Analisis Aktivitas Fisik, Konsumsi Pangan, dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja Pekerja Wanita di Industri Konveksi*, Institut pertanian bogor, Bogor.
<http://repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/1866/A08faz.pdf;jsessionid=E6192327355147942238251294C9C24C?sequence=5>
- Beck & Mary, E 2011, *Ilmu Gizi dan Diet*, Penerbit Andi & Penerbit Yayasan Essentia Medica, Yogyakarta.
- Bompa, T 1994, *theory and methodology of training*, Kendall/hunt publishing company, Toronto.
- Bryantara, OF 2016, 'Faktor yang berhubungan dengan kebugaran jasmani (VO2 maks) atlet sepak bola' *Departemen Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya*, Surabaya, Vol.4, No.2. hlm. 237-249.
<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JBE/article/viewFile/2149/2464>
- Budianto & Krisno, A 2009, *Dasar-dasar Ilmu Gizi*, UMM Press, Malang.

Budiyanto, MAK 2002, *Dasar – Dasar Ilmu Gizi*, UMM Pres, Malang.

Depkes RI 1996, *Pedoman praktis untuk mempertahankan berat badan normal berdasarkan indeks masa tubuh (IMT) dengan gizi seimbang*, Depkes RI, Jakarta.

Dewi, EK & 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 ragunan tahun 2013', *Nutrire Diaita*, Vol.5, no.2, hlm. 94-112.

<http://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Nutrire/article/download/1255/1147>

Dhewangga, W 2014, *Pengaruh peningkatan intensitas latihan futsal terhadap vo2 max*, Universitas muhammadiyah surakarta, Surakarta.
<http://eprints.ums.ac.id/32839/12/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>

Dispenad 2012, *Tugas*, diakses 12 Mei 2017. <https://tniad.mil.id/2012/07/tugas/>

Djoko, PI 2000, *Panduan latihan kebugaran (yang efektif dan aman)*, Lukman Offset, Yogyakarta.

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia 2007, *Gizi dan Kesehatan Masyarakat, Edisi Revisi*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.

FAO/WHO/UNU 2001, *Human energy requirement*, FAO/WHO/UNU, Rome.
<http://www.fao.org/3/a-y5686e.pdf>

Fox, EL., Bowers, RW, Foss, ML 1993, *The physiological basis for exercise and sport*, Brown & benchmark publishers, Iowa.

Ginting, A 2014, *Pengaruh pembinaan mental, kesamaptaan jasmani dan motivasi terhadap kinerja personil Lanumad ahmad yani puspenerbad*, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, Semarang.
<http://repository.unika.ac.id/185/>

Halimah, N 2016, *hubungan tingkat kecukupan konsumsi kalsium dan vitamin E dengan kelincahan pada atlet sepakbola di Arunajaya Football Academy Salatiga*, Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang.
<http://repository.unimus.ac.id/60/>

Indonesia, Menteri Kesehatan Republik Indonesia 2013, *Peraturan menteri kesehatan Republik Indonesia nomor 61 tahun 2013 tentang kesehatan matra*, Jakarta.

http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2061%20ttg%20Kesehatan%20Matra%20.pdf

Indonesia, Peraturan pemerintah 2010, *Peraturan pemerintah Republik Indonesia nomor 39 tahun 2010 tentang administrasi prajurit tentara nasional indonesia*, Jakarta.

<http://peraturan.go.id/inc/view/11e44c4f0dcf1bd0a91e313231383334.html>

Irianto & Djoko, P 2007, *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*, Andi, Yogyakarta.

Jaihar, S, Dachlan, MD, Yustini 2013, *Analisis status gizi dan aktivitas fisik dengan ketahanan fisik siswa di sekolah polisi negara (spn) batua makassar, sulawesi selatan*, Universitas hassanudin makassar, Makassar.

<http://repository.unhas.ac.id/handle/123456789/5478>

Kartasapoetra, G & Marsetyo 2008, *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja)*, Rineka Cipta, Jakarta.

Karyadi, D & Muhilal 1996, *Kecukupan Gizi yang Dianjurkan*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

KodamJayakarta 2017, *Satuan Pendidikan*, diakses 13 Februari 2017

<http://www.kodam-jaya.mil.id/satuan-kodam-jaya/satuan-pendidikan>

Krisdiyanto 2004, *Hubungan status gizi dengan tingkat kesegaran jasmani siswa putra kelas II SLTPN 2 petarukan kabupaten pemalang tahun pelajaran 2003/2004*, Universitas negeri semarang, Semarang.

<http://lib.unnes.ac.id/745/1/1294.pdf>

Kristanti, CM, Pradono, J, Suhardi 2001, 'Uji validitas kuesioner survei kesegaran jasmani pada pelajar SLTA jakarta 1990', *Bul.penelit.kesehat*, Vol.29, No.1, hlm. 42-51.

<https://media.neliti.com/media/publications/66196-ID-uji-validasi-kuesioner-survei-kesegaran.pdf>

Mustika, MA 2012, *Tingkat aktivitas fisik, tingkat konsumsi zat gizi, dan status gizi siswa di pondok pesantren al falak kota bogor*, Institut pertanian bogor, Bogor.

<http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/54419>

- Notoatmodjo, S 2012, *Metodologi penelitian kesehatan*, Rineka cipta, Jakarta.
- Nugroho, S 2007, *Pengaruh latihan sirkuit (circuit training) terhadap daya tahan aerobik (vo2 max) mahasiswa pko fakultas ilmu keolahragan universitas negeri yogyakarta*, Universitas negeri yogyakarta, Yogyakarta.
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/132319845/penelitian/PENGARUH+LATIHAN+CIRCUIT+TERHADAP+VO2+MAX.pdf>
- Palar, CM, Wongkar, D, Ticoalu, SHR 2015, 'Manfaat latihan olahraga aerobik terhadap kebugaran fisik manusia', *Fakultas kedokteran universitas sam ratulangi manado*, Manado, Vol.3, No.1, hlm. 316-321.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/7127>
- Raharjo, WP 2007, *Hubungan sosio ekonomi, asupan zat gizi, dan status gizi dengan ketahanan fisik pada siswi sma negeri 9 Bogor*, Institut Pertanian Bogor, Bogor.
<http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/73502>
- Rahmawati, M & Riyadi, H 2013, 'Hubungan pola konsumsi pangan dan aktivitas fisik dengan kekuatan dan daya tahan taruna akademi imigrasi Depok, Jawa Barat', *Jurnal gizi dan pangan*, November 2013, hlm. 201-206.
<http://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/7981>
- Ratnawati & Ika 2011, *Pemenuhan Kecukupan Gizi Bagi Pekerja*, diakses 28 Februari 2017.
<http://www.gizikia.depkes.go.id/archives/747>
- Ridwan, M, Lisnawati, N, Emillia, E 2017, 'Hubungan antara asupan energi dan aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani', *Sekolah tinggi ilmu kesehatan holistik*, Purwakarta, Vol.1, No.1, hlm. 72-85.
<http://ejournal.stikesholistic.ac.id/file.php?file=jurnal&id=546&cd=0b2173ff6ad6a6fb09c95f6d50001df6&name=7.pdf>
- Riyadi, H 2001, *Metode penilaian status gizi secara antropometri*, Institut pertanian bogor, Bogor.
- Santoso, B, Sulistiowati, E, Fajarwati, T, Pambudi, J 2014, *Studi diet total : survei konsumsi makanann individu provinsi jawa tengah 2014*, Depkes RI, Jakarta
http://www.pusat2.litbang.depkes.go.id/pusat2_v1/wp-content/uploads/2015/04/Buku-Studi-Diet-Total-Survei-Konsumsi-Makanan-Individu-Jawa-Tengah-2014.pdf
- Sjostrom, M, Ekelund, U, Yngue A 2008, *Assesment or physical activity*, Blackwell Publishing, United Kingdom.

- Soekirman 2000, *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*, Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta.
- Sugiyono, 2010, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.
- Suhardjo, Kusharto dan Clara, M 1999. *Prinsip-Prinsip Ilmu gizi*, Kanisius, Yogyakarta.
- Sujarwo 2011, *Modul kesamaptaan*, Fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri yogyakarta, Yogyakarta.
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/132326901/penelitian/MODUL+kesemaptan.pdf>
- Sutanti, D 2014, *Penyelenggaraan makan untuk taruna di akademi militer*, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
<http://eprints.uny.ac.id/20099/>
- Syam, FM 2013, *Gambaran asupan zat gizi dan produktivitas kerja pada pekerja pabrik kelapa sawit bagerpang estate PT. PP. Lonsum 2013*, Universitas Sumatera utara, Medan.
<https://jurnal.usu.ac.id/index.php/gkre/article/view/4217>
- TNIAU 2016, *Tingkat kesamaptaan prajurit/PNS TNI tentukan keberhasilan tugas*, diakses 12 Mei 2017.
<https://tni-au.mil.id/berita/tingkat-kesamaptan-prajuritpns-tni-tentukan-keberhasilan-tugas-1>
- TNIAD 2015, *Tabel penilaian tes kesegaran jasmani "A" prajurit tni ad sesuai kelompok umur*, TNIAD, Jakarta.
- TNIAD 2015, *Tabel penilaian tes kesegaran jasmani "B" prajurit tni ad sesuai kelompok umur*, TNIAD, Jakarta.
- Vaz, M, Karaolis, N, Draper, A, Shetty, P 2005, 'A compilation of energy costs of physical activities', *Departemen of Physiology St. John's Medical College Bangalore*, Vol.8. No. 7A. Hlm. 1153-1183.
- Wardani, NEJ 2008, *Aktivitas Fisik, Status Gizi, dan Produktivitas Kepala Keluarga Wanita Pemetik Teh di Perkebunan Teh Malabar PTPN VIII Bandung, Jawa Barat*, Institusi Pertanian Bogor, Bogor.
<http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/2500>

WHO 2000, *Body mass index (BMI) = indeks masa tubuh*, diakses 20 Maret 2017,
[http://www.obesitas.web.id/indonesia/bmi\(i\).htm](http://www.obesitas.web.id/indonesia/bmi(i).htm)

Widiastuti 2013, *Tes dan pengukuran olahraga*, Rajawali pers, Jakarta.

Wilda, W & Rifki, MS 2013, *Gizi untuk aktifitas dan kebugaran*, Sukubina press,
Padang.

Winarno, FG 1997, *Kimia Pangan dan Gizi*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

Yunus, F 1997, 'Faal paru dan olahraga', *Pulmonologi FKUI/sMF paru RSUP
persahabatan*, Vol.17, No.2, hlm. 100-105.

<http://kolegiumpulmonologi.com/wp-content/uploads/2016/03/Faal-paru-dan-olahraga.pdf>

