

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Kusuma, Pranata 2015, 'Analisis Daya Tahan Aerobik Maksimal (Vo2Max) Dan Anaerobik Pada Atlet Bulutangkis Usia 11-14 Tahun Pb. Bintang Timur Surabaya Menjelang Kejurnas Jatim 2014', *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Alamsyah, Devy Amelia Nurul, et al 2017, 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebugaran Jasmani Pada Remaja Siswa Kelas Xi Smk Negeri 11 Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, Vol 5, No 3, hlm 77–86.
- Almatsier, S 2009, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Gramedia Pustaka Utama.
- Amin, Nur, and Yanesti Nuravianda Lestari 2018, 'Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Dengan Kebugaran Jantung Paru Santri Pondok Pesantren Amanatul Ummah Surabaya', *Medical and Health Science Journal*, Vol 2, No 1, hlm 1–6.
- Ariantika, Aprilia, and Nur Lathifah Mardiyati 2018, 'Hubungan Kebiasaan Minum Dengan Status Hidrasi Dan Kebugaran Jasmani Pada Atlet Di Persatuan Bulutangkis Kabupaten Kudus', *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya*, Vol 1, No 2, hlm 10.
- Armstrong, et al 1998, 'Urinary Indices During Dehydration, Exercise, and Rehydration', *International Journal of Sports Nutrition*.
- Ash-Shiddiqy, Ali Miftahul 2016, 'Tingkat VO2Max Atlet Tennis Meja Junior Dan Senior Putra Dan Putri Daerah Istimewa Yogyakarta', *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Ashok, C 2008, *Test Your Physical Fitness*, Delhi, india Kalpaz Publication.
- Bagustila, Emir Saddam, Sulistiyani, and Iken Nafikadini 2015, 'Konsumsi Makanan, Status Gizi, Dan Tingkat Kebugaran Atlet Sepak Bola Jember United FC', *Artikel Ilmiah*.
- Bariyyah Hidayati, Khoirul, and . M Farid 2016, 'Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja', *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol 5, No 02, hlm 137–44.
- Basset, Fabien A., and Marcel R. Boulay 2003, 'Treadmill and Cycle Ergometer Tests Are Interchangeable to Monitor Triathletes Annual Training', *Journal of Sports Science and Medicine*, Vol 2, No 3, hlm 110–16

- Berning, J, R., Kendig, Alicia 2016, *Nutrition Guide*, USADA : TrueSport
- Bryantara, O, F 2015, 'Hubungan antara usia, konsumsi suplemen, dan status gizi dengan tingkat kebugaran jasmani atlet sepakbola', Surabaya, *Universitas Airlangga*.
- Cakrawati, D., Mustika, N, H 2012, *Bahan Pangan, Gizi, Dan Kesehatan*, Bandung, Alfabeta.
- Depkes 2002, *Gizi Pemain Sepakbola*, Jakarta, Departemen Kesehatan.
- Dewi, Sonia Gandhi Surya, Mury Kuswari, and Yulia Wahyuni 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', hlm 1–6.
- DT, Thomas., KA, Erdman., LM, B 2016, *Nutrition and Athletic Performance*, American Collage of Sport Medicin.
- Fataha, Iwan., KS Soegiyanto, Tandiyo, Rahayu 2015, 'Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persibas Banyumas', *Journal of Sport Sciences and Fitness*, Vol 4, No 2, hlm 10–15.
- Fatmah & Ruhayati, Y 2011, *Gizi Kebugaran Dan Olahraga*, Bandung, Lubuk Agung.
- FIFA 2019, *FIFA/Coca Cola Men's World Ranking*.
- Ghalda, Ayu., Nazhif, Ghifari., Nadiyah 2019, 'Pengetahuan, Status Hidrasi, Persen Lemak Tubuh, Kadar Hemoglobin, dan Tingkat Kebugaran Atlet Senam', Jakarta, *Journal of Public Health*, vol 2, no 2.
- Griwjoyo, S dan Sidik, DZ 2012, *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung, Remaja Rostakarya.
- Hardinsyah & Supariasa, I, D, N 2016, *Ilmu Gizi : Teori Dan Aplikasi*, EGC.
- Harmani, Antari R., and Muchtaruddin Mansyur 2014, 'Peran Indeks Massa Tubuh, Tanda Vital Dan Sosiodemografi Terhadap Kebugaran Peserta Klub Jantung Sehat, Jakarta Timur', *eJournal Kedokteran Indonesia*, Vol 1, No 3, hlm 0–4.

- Haskell, William L., and Michaela Kiernan 2000, 'Methodologic Issues in Measuring Physical Activity and Physical Fitness When Evaluating the Role of Dietary Supplements for Physically Active People', *American Journal of Clinical Nutrition*, Vol 72, No 2.
- Hermanto, Restu Amalia 2012, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kesegaran Pada Wanita Vegetarian', *Journal of Nutrition College*, Vol 1, No 1, hlm 38–45.
- Hidayat, Andi, Suroto 2016, 'Hubungan Antara Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol 4, No 2, hlm 516–21.
- Hidayat, Wahyu., Setya, Rahayu 2015, 'Evaluasi Program Pembinaan Sepakbola Klub Persigo Di Provinsi Gorontalo', *Journal of Educational Research and Evaluation*, Vol 2, No 1.
- Hidayati, N, L 2015, *Buku Ajar : Asuhan Gizi Olahraga*. Yogyakarta, Rapha Publishing.
- Hoeger, Werner W K, and Sharon A Hoeger 2010, *Principles and Labs for Physical Fitness Seventh Edition*. www.cengage.com/international.
- Indrajaya, Fajar Arif 2015, 'Analisis Status Gizi Pemain Persatuan Sepak Bola Unnes'.
- Irawan, M, A 2007, *Metabolisme Energi Tubuh & Olahraga, Sports Science Brief*.
- Irdilla, Calely E, Kuswari Mury, and Nuzrina Rachmanida 2016, 'Hubungan Asupan Zat Gizi, Status Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Gaya Hidup Terhadap Daya Tahan Kardiorespiratori Pada Mahasiswa UKM Sepakbola Universitas Negeri Lampung Tahun 2015', *Nutrire Diaita*, Vol 8, No 1, hlm 24–32. <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Nutrire/article/viewFile/1415/1290>.
- Irianto, D, P 2004, *Panduan Gizi Lengkap Keluarga Dan Olahragawan*, Yogyakarta, CV Andi Offset.
- Iriyanti, Ninda, Puji 2015, 'Hubungan Status Gizi Dan Kejadian Anemia Dengan Kesehatan Jasmani Pada Remaja Putri Kelas X Dan XI Di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta'.
- Ismaya, K 2014, 'Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar', Surabaya, *Universitas Airlangga*.

- Janssen, Ian, and Allana G. LeBlanc 2010, 'Systematic Review of the Health Benefits of Physical Activity and Fitness in School-Aged Children and Youth', *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 7.
- Jette, M., Campbell, J., Mongeon., Jrouthier, R 1976, 'The Canadian HomeFitness Testasa Predictor of Aerobic Capacity', *CAM Journal*, Vol 114.
- Kardjono 2008, *Modul Mata Kuliah Pembinaan Kondisi Fisik*, hlm 1–52.
- Kemenkes 2010, *Strategi Nasional Penerapan Pola Konsumsi Makanan Dan Aktifitas Fisik Untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular*, Jakarta, Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kemenpora 2015, *Penyajian Data Dan Informasi Kepemudaan Dan Keolahragaan 2014*, Jakarta, Kementerian Kepemudaan dan Olahraga.
- Kenney, L, W., Wilmore, J, H., Costill, D, . 2018, *Physiology of Sport and Exercise, 6th ed*, USA, Human Kinetics.
- Kerksick, Chad, M., Kulovitz, Michelle 2013, *Nutrition and Enhanced Sports Performance, Chapter 36 : Requirments of Energy, Carbohydrates, Proteins, and Fats for Athletes*, USA, Elseiver Inc.
- Kurniasari, Ardingga, Dhea., Nurhayati, Faridha 2017, 'Hubungan Antara Tingkat Pendidikan, Pekerjaan, dan Pendapatan Orang Tua dengan Status Gizi pada Siswa SD Hangtuah 6 Surabaya', Surabaya, *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol 5, no 2, hlm 164 - 170.
- Kusuma, RD., Agustina, ATT., Syarifah, NYR 2016, 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Asupan Cairan terhadap Status Hidrasi pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Banjar Serasan Kecamatan Pontianak Timur', *Journal Cerebellum*.
- Kusuma, Hapsari, Sulistya., Shaleh, M, Habib., Sartono, Agus 2014, 'Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein dengan Daya Tahan Tubuh pada Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Sepakbola Salatiga', Semarang, *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, vol 5, no 2.
- Krustrup, P., et al 2003, 'The Yo-Yo Intermittent Recovery Test : Physiological Response, Reliability and Validity', *Med Sci Sports Exerc*, Vol 35, hlm 697 - 705.
- Mahler, DA., et, Al 2004, *Panduan Uji Latihan Jasmani Dan Peresapannya*, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Martony, Oslida., Lestrina, Dini., Tanjung, Nelson 2013, 'Hubungan Asupan

Karbohidrat, Lemak, Dan Kadar Hb Serta Status Gizi Dengan Daya Tahan Jantung (VO₂max)'.
'

Mondal, Himel, and Snigdha Prava Mishra 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, hlm 17–20.

Monyeki, M.A., Neetens, R., Moss, S, J., Twisk, J 2012, 'The Relationship Between Body Composition and Physical Fitness in 14 year old Adolescents Residing within the Tlokwe Local Municipality', South Africa, *BMC Public Health*.

Murray, Bob 2007, 'Hydration and Physical Performance', *Journal of the American College of Nutrition*.

Muthmainnah, IIn, Ismail AB, and Sulistyو Prabowo 2019, 'Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro (Protein, Lemak, Dan Karbohidrat) Dengan Kebugaran (VO₂max) Pada Atlet Remaja Di Sekolah Sepakbola Harbi', *Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, Vol 1.

Ngili, Y 2010, *Biokimia Dasa*, Bandung, Rekayasa Sains.

Nieman, D, C 2011, *Exercise Testing and Prescription : A Health Related Approach Sports Medicine*, USA, Mc-Graw Hill Companies Inc.

Nugraehi, SW 2013, 'Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta', Vol 3, No 1, hlm 1–49.

Nurwidyastuti, D 2012, 'Hubungan Konsumsi Zat Gizi, Status Gizi, dan Faktor - Faktor lain dengan Status Kebugaran Mahasiswa Departemen Arsitektur Universitas Indonesia'.

Par'i, H, M 2016, *Penilaian Status Gizi : Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Poedyasmoro 2008, *Buku Praktis Ahli Gizi Edisi Ke-3*, Malang, Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Praszetiyo, M, Anang 2009, Tingkat Kemampuan Fleksibilitas Dan Daya Tahan Jantung Pemain Bulutangkis Putra Pengurus Cabang PBSI Kabupaten Kendal Tahun 2009.

Pratama, Ari Widya Putra 2018, 'Hubungan Status Gizi Dan Status Hidrasi

Rifatul Awwaliyah, 2020

HUBUNGAN STATUS GIZI, ASUPAN ENERGI, DAN STATUS HIDRASI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN PADA REMAJA LAKI – LAKI USIA 10 – 17 TAHUN DI SSB ASTAM

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Gizi Program Sarjana

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

Terhadap VO2Max Pada Atlet Sepakbola Beringin Putra Football Club Wonosobo'.

Pratama, Ari Widya Putra, and Cerika Rismayanthi 2018, 'Hubungan Status Hidrasi Dengan Vo2 Max Pada Atlet Sepak Bola', hlm 61–72.

Prihanto, Budi, Junaidi., Miftahul, Laili, Ramadhana 2016, 'Hubungan Antara Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa di SMA Negeri Plandaan Jombang', Semarang, *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Vol 4, No 2, hlm 467 - 471.

Pritasari., Damayanti, Didit., Lestari, Nugraehi, Tri 2017, *Gizi Dalam Daur Kehidupan*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Purnama, S, K 2010, *Kepelatihan Bulutangkis Modern*, Surakarta, Yuma Pustaka.

Puspitasari, Yulia, and Ulfa Zora 2012, 'Hubungan Antara Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kesegaran Jasmani Siswa SMP Negeri 8 Banda Aceh Tahun 2012', Vol 01, No 6, hlm 1–7.

Putra, Yan, Syantica 2013, 'Perbedaan Tes Balke, Tes Cooper, Dan Tes Multistage Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Bola Voli Yuso Sleman'.

Putri, Hasanah 2015, 'Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebugaran Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2015'.

Raizel, R., Godois, M., Coqueiro, A. Y., Voltarelli, A., Fett, C. A., Tirapegui, J., ... Coelho-ravagnani, C. D. F 2017, 'Pre-Season Dietary Intake of Professional Soccer Players', *Nutrition and Health*.

Ramdhan, RI., Rismayanti, C 2016, 'Hubungan antara Status Hidrasi serta Konsumsi Cairan pada Atlet Bola Basket', *Medikora*.

Riskesdas 2013, *Riset Kesehatan Dasar*, Jakarta, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Rizqi, Haidar, and Ichwan Udin 2018, 'Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Atlet Basket Remaja Siswa Sekolah Menengah Pertama', *Media Gizi Indonesia*, Vol 11, No 2, hlm 182.

Rustandi, K 2016, *Rencana Aksi Kesehatan Kerja Dan Olahraga Tahun 2016-2019*, hlm 30–35, [http://www.kesjaor.kemkes.go.id/documents/Ran Full.pdf](http://www.kesjaor.kemkes.go.id/documents/Ran%20Full.pdf).

Sajoto, M 1995, *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, Jakarta, Dahara Prize.

- Septiaputri, K, A., Rahfiludin, M, Z., Suroto 2017, 'Hubungan Konsumsi Zat Gizi, Persentase Lemak Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Pada Atlet Renang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, Vol 5, No 3, hlm 166–74.
- Shaleh, M Habib, Agus Sartono, and Hapsari Sulistya Kusuma 2014, 'Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Dengan Daya Tahan Tubuh Pada Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar Sepakbola Salatiga', *Jurnal Gizi*, hlm 10–16.
- Sharkey, B 2011, *Fitness and Health*, PT Raja Grafindo Persada.
- Siregar, Nurhamida Sari, and Dwi Putra Lasar Dani 2019, 'Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dengan Status Gizi Atlet Gulat Pplp Sumatera Utara', *Sains Olahraga Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, Vol 2, No 1, hlm 10.
- Suardi, Moh 2012, *Pengantar Pendidikan, Teori dan Aplikasi*, Jakarta, PT. Indeks.
- Sulistyaningsih, Indah 2012, 'Pengaruh Latihan Treadmill Terhadap Peningkatan Volume Oksigen Maksimal (VO2max) Pada Anggota Row Power in Motion (RPM) Body Fitness Center'.
- Sugiarto 2012, 'Hubungan Asupan Energi, Protein, dan Konsumsi Suplemen dengan Tingkat Kebugaran', Semarang, *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan*, Vol 2, No 2, hlm 94 - 95.
- Suntodo, Andi 2007, *Pedoman Dan Instrumen Praktikum Tes Dan Pengukuran Olahraga*, hlm 1–21.
- Supariasa, I, D, N., Bakri, B., Fajar, I 2002, *Penilaian Status Gizi*, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- WHO 2015, *Adolescent Development*, Topics at Glance.
- Wiarto, G 2015, *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan Dan Kebugaran*. Yogyakarta, Graha Ilmu.
- Wibowo, Yuliska, Surya., Indardi, Nanang.2014, 'Perbedaan Pengaruh Bermain FOOTGOLF Terhadap Peningkatan Akurasi Short Passing Pada Sepakbola', *Journal of Sport Science and Fitness*, Vol 3, No 2.
- Wibowo, Aji 2013, 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Man 2 Banjarnegara', Skripsi, hlm 1–97.
- Widyastuti, Y., Rahmawati, A 2009, *Kesehatan Reproduksi, 1st ed*, Yogyakarta, Firtramaya.

Williams, M, H., Anderson, D, E., Rawson, E, S 2013, *Nutrition for Health Fitness and Sport*, New York, Mc-Graw Hill Companies Inc.

Yasmin, Firyal et al 2016, 'Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Dengan Ketahanan Fisik Atlet Sepak Bola Ps Barito Putera Tahun 2014', *Jurnal Kesehatan Indonesia*, Vol 5, No 2, hlm 18–24.

Yurezka, Berta., Widajanti, Laksmi., Kartasurya, M. I 2017, 'Pemenuhan Kebutuhan Cairan Dan Status Hidrasi Setelah Latihan Pada Atlet Renang Di Kota Semarang', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, Vol 5, No 4, hlm 622–28.

Zukhrufurrahmi, Dea, 2017, 'Cooper Test and Balke Test di Sekolah Polisi Negara Polda Jateng Purwokerto Academic Year 2016 / 2017'.