

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulla M, Andersson I, Georg N, Berthelsen K, Birkhed D, Ockerman PA, et al. 1981. 'Nutrient intake and health status of vegans: chemical analyses of diets using the duplicate portion sampling technique'. *The American Journal Clinical Nutrition*.
- Adieni Himma. 2008. 'Asupan Karbohidrat, Lemak, Protein, Makanan Sumber Purin dan Kadar Asam Urat Pada Vegetarian'. Semarang. *Artikel Penelitian Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*.
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier S, Soetardjo S, Soekatri M. 2001. *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Amani AR, dkk. 2010. 'Relationship Between Body Fat Percent and Maximal Oxygen Uptake Among Young Adults'. *Journal of American science*.
- American Dietetic Assosiation. 2009. 'Position of the American Dietetic Assosiation : Vegetarian Diet'. *Journal of the American Dietetic Assosiation*.
- Anderson JJB. 2004. *Minerals*. In: Mahan LK, Stumps SE, editors. *Krause's food, nutrition, and diet therapy*. Ed 11. Philadelphia: Saunders. p.135-48
- Anggraini Lusua. 2014. 'Status Gizi Vegetarian Pada Komunitas Vegetarian Di Yogyakarta (Kajian pada Lacto-ovo Vegetarian dan Vegan terhadap Status IMT, Hemoglobin, Feritin, dan Protein)'. [Artikel Penelitian Kesehatan Masyarakat]. Diterbitkan Yogyakarta: Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada.

- Anggraini, Lusya, Wiryatun Lestariana, Susetyowati. 2015. 'Asupan Gizi dan Status Gizi Vegetarian Pada Komunitas Vegetarian Di Yogyakarta'. Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Argana. 2004. 'Vitamin C Sebagai Dominan Untuk Kadar Hemoglobin Pada Wanita Usia 20 sampai 35 Tahun'. Jakarta. *Jurnal Kedokteran Trisakti*.
- Arisman. 2007. *Gizi dalam Daur Kehidupan Buku Ajar Ilmu Gizi*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Brouns, F, dan W. Saris. 1989. 'How Vitamins Affect Performance'. *The Journal of Sport Medicine and Physical Fitness*.
- Brunner, Suddarth. 2001. *Keperawatan Medical bedah*. Edisi 8. Vol (2). Ahli Bahasa Kuncoro, Andry Hartono, Monica Ester, Yasmin Asih, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2002 Costill, 1998. Apa itu Hemoglobin dalam darah kita. <http://id.shvoong.com/medicine-and-health/medicine-history/2067287> . Diakses pada tanggal 16 Mei 2018.
- Budianto, A.K. 2009. *Pangan, Gizi, dan Pembangunan Manusia Indonesia: Dasar-Dasar Ilmu Gizi*. Malang: UMM Press 1-16.
- Budiman. 2009. *Aplikasi Pati Singkong Sebagai Bahan Baku Edible Coating Untuk Memperpanjang Umur Simpan Pisang Cavendish*. Bogor : Departemen Ilmu dan Teknologi Pangan Fakultas Teknologi Pertanian IPB.
- Chahyantari, Dita, Anugrah Novianti, Putri Ronitawati. 2018. 'Hubungan Kualitas Diet, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Gizi Mikro, dan Kadar Hemoglobin Pada Wanita Usia Subur Vegan Murni Di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira'. Jakarta. *Jurnal Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul*.
- Craig WJ, Mangels AR. 2009. 'Position of the American dietetic association: vegetarian diets'. *Journal American Diet Association*.
- Craig, W. J. 2009. 'Health effects of vegan diets'. *The American Journal Clinical Nutrition*.
- Corbin CB, Welk GJ, Corbin WR, Welk KA. 2009. *Concepts of Fitness and Wellness: a Comprehensive Lifestyle Approach*. New York: McGraw-Hill.
- Cornia, Intan Galih, Merryana Adriani. 2018. 'Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Taekwondo'. Surabaya. *Amerta Nutrition-Journal of Universitas Airlangga*.

- Costill. 1998. *Bahan Pangan, Gizi dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- DeBruyne LK, Pinna K, Whitney E. 2008. *Nutrition and Diet Therapy*. Belmont: Thomson Wadsworth.
- Departemen of Nutrition, Arizona State University. 2002. *Vegetarian Food Pyramid*. <http://veggieheadlife.wordpress.com> . Diakses 16 Juli 2019.
- Dwi, Apilianti. 2018. 'Hubungan Pengetahuan, Sikap, Asupan Energi dan Protein Terhadap Risiko Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Wanita Usia Subur Di Desa Hibun Kabupaten Sanggau'. Pontianak. *Pontianak Nutrition Journal*.
- Endar Wahyu Choiriyah. 2015. 'Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat besi, dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Negeri 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo'. Surakarta. *Naskah Publikasi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakuultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Engkos, Kosasih. 1985. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta : Akademia Presindo.
- Erdina, A. 2017. 'Perbedaan Kadar Hemoglobin antara Perokok Pasif dengan Bukan Perokok pada Siswi SMA Kelas X dan XI di Sukoharjo'. [Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret].
- Ettinger S. 2004. *Macronutrients: Carbohydrates, Proteins, and Lipids In: Mahan LK, Stumps SE, editors. Krause's food, nutrition & diet therapy. 11th edition*. Philadelphia: Saunders.
- Evelyn. 2009. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Farida, Ida. 2006. 'Determinan kejadian anemia pada remaja putri di Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus Tahun 2006'. [Tesis Universitas Diponegoro]. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Fatmah. 2011. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung : Lubuk Agung.
- Gibson, RS. 1994. 'Content and bioavailability of trace elements in vegetarian diets'. Canada. *The American Journal of Clinical Nutrition*.
- Gibson, RS. 2005. *Principles of nutritional assessment*. New York: Oxford University Press Inc.
- Giriwijoyo, Y.S.S. 1992. *Ilmu Faal Olahraga*. Buku Perkuliahan Mahasiswa FPOK-IKIP Bandung.

- Giriwijoyo, S dan Sidik, D.Z. 2012. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hastono, Sutanto Priyo dan Luknis Sabri. 2011. *Statistik Kesehatan*. Jakarta : Rajawali Pers
- Hermanto, Restu Amalia dan Hesti Murwani Rahayuningsih. 2012. ‘Faktor– Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Wanita Vegetarian’. Semarang. *Journal of Nutrition College*.
- Hoeger, Werner, Sharon A. Hoeger. 1996. *Fitness and Wellness*. Colorado: Morton Publishing Company.
- Hoeger, Werner W.K, Sharon A. Hoeger, and Marie A. Boyle. 2001. *Selected Chapter From Personal Nutrition: Principles and Labs For Fitness and Wellness*. USA: Wadsworth Group.
- Hurrell, R. 1997. ‘Bioavailability of iron’. Swiss. *European Journal of Clinical Nutrition*.
- Hutagalung, Halomoan. 2004. ‘Karbohidrat’. [Review Artikel Universitas Sumatera Utara : Fakultas Kedokteran].
- Insel, P. 2004. *Nutrition Second Edition*. London: Jones and Bartlett.
- IVS. 2018. <https://www.ivs-online.org/about-us/> . Diakses pada tanggal 18 Mei 2018.
- Jannah, Miftahul. 2011. ‘Perbedaan Asupan Zat Gizi dan Non Gizi Yang Berkaitan Dengan Kadar Hemoglobin Vegetarian Vegan dan Non Vegan’. Semarang. *Artikel Penelitian Universitas Diponegoro*.
- Jimm Man. 2014. *Essential of Human Nutrition*. Jakarta. Jakarta: Buku Kedokteran.
- Kemenkes RI. 2013. *Peraturan Menteri Republik Indonesia Nomer 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia*. Jakarta.
- Kemenkes RI. 2016. ‘Kesehatan Reproduksi’. Jakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*.
- Key, T.J, Appleby PN, Rosell MS. 2006. *Health Effect of Vegetarian and Vegan Diets*. Proceedings of the Nutrition Society.
- Kusumaningtyas, Febri Galuh. 2015. ‘Hubungan Antara Asupan Karbohidrat, Lemak dan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Anak Sekolah Dasar Di SDN 01 Gayamdompo Karanganyar’. Surakarta. *Publikas Karya*

Ilmiah Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Larsson, Christel L and Gunnar K Johansson. 2002. 'Dietary Intake and Nutritional Status of Young Vegans and Omnivores In Sweden'. Vol: 76. *The American Journal of Clinical Nutrition*.
- Linder, MC. 2006. *Biokimia Nutrisi dan Metabolisme*. Diterjemahkan oleh Amiludin P. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Madja. 2007. *Lemak dalam Tubuh* : <http://madja.wordpress.com>. Diakses pada tanggal 12 Maret 2019.
- Mahmud MK, Hermana. 2009. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. Jakarta: Persagi.
- Maryana. 2012. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Masrizal. 2007. 'Anemia Defisiensi Besi'. Sumatera Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Andalas*.
- Masthalina, Herta. 2015. 'Pola Konsumsi (Faktor Inhibitor dan Enhancer Fe) Terhadap Status Anemia Remaja Putri'. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Maylina, L. A. 2010. *Hubungan Antara Konsumsi Pangan Sumber Protein, Zat Besi, Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Siswa Sekolah Dasar*.
- Melina, V. & Davis, B. 2003. *Becoming vegetarian :the complete guide to adopting a healthy vegetarian diet*. Canada : Wiley .
- Mitchell MK. 2003. *Nutrition across the life span*. Ed 2. Philadelphia: Saunders. p.533.
- Mulyaningsih, F., Kriswanto E.S, Yudanto, J. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Pusta Kurikulum dan Pembukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Muizzah, Lilik. 2013. 'Hubungan antara kebugaran dengan dengan status gizi dan aktivitas fisik pada mahasiswi program studi kesehatan masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta'. Banten. *Skripsi progdi kesehatan masyarakat fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Nawawi, Hadari. 1998. *Metode Penelitian bidang Sosial*. Gadjahmada University Pess. Yogyakarta
- Nieman, DC. 2011. *Exercise Testing and Prescription : A Health Related Approach*. New York, USA: McGraw-Hills Companies.

- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Novitasari, Suci. 2014. 'Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C dan Seng Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Batik 1 Surakarta'. Surakarta. *Karya Tulis Ilmiah Program Studi Diploma III Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Nugroho F, Handayani D, Apriyani Y. 2015. 'Asupan protein nabati dan kejadian anemia wanita usia subur vegan'. *Jurnal Gizi Pangan*.
- Nurwidyastuti. 2012. 'Hubungan konsumsi zat gizi, status gizi, dan faktor-faktor lain dengan status kebugaran mahasiswa departemen arsitektur Fakultas Teknik Universitas Indonesia'. Depok. *Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Progdii Sarjana Gizi*.
- Oktaviani WD, Saraswati LD, Rahfiludin MZ. 2012. 'Hubungan Kebiasaan Konsumsi *Fastfood*, Aktivitas Fisik, Pola Konsumsi, Karakteristik Remaja dan Orang Tua dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Studi Kasus Pada Siswa SMA Negeri 9 Semarang Tahun 2012)'. Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Pramartha, A, A. 2016. 'Perbedaan Kadar Hemoglobin pada Kelompok Wanita Vegetarian dengan Non Vegetarian'. Bali. *Directory of Open Access Journal*.
- Pratiwi E. 2015. 'Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada siswi remaja di MTS Ciwandan Cilegon Baten'. Tangerang Selatan, Banten. *[Tesis] Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.
- Posen, J. S. 2013. 'Iron and vegetarian diets'. *The Medical Journal of Australia*. <https://doi.org/10.5694/mjao11.11494>. Diakses 1 Juli 2019
- Pusdiklat Vihara Maitreyawira. 2001. *Proposal Perluasan Bangunan Vihara*. Jakarta
- Ramayulis, R. 2008. *Gizi dan kebugaran*. Jakarta. Pelatihan gizi dan olahraga 3-5 April 2008.
- Rhomadani, Anggita Sari Nur. 2015. 'Hubungan Asupan Karbohidrat, Asupan Lemak dan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Mahasiswa Di Unit Kegiatan Mahasiswa Sepakbola Universitas Negeri Yogyakarta'. Surakarta. *Naskah Publikasi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Rowland, M.D, Thomas W. 1996. *Developmental Exercise Physiology*. USA: Human Kinetics.

- Sabate, J. 2001. *Vegetarian Nutrition*. Amerika : CRC Press LLC .
- Sabate, J. 2003. 'The contribution of vegetarian diets to health and disease: a paradigm shift'. *The American Journal of Clinical Nutrition*.
- Samaggi Phala. 2004. *100 Tanya Jawab dengan Bhikkhu Utamo Bag. 1 & 2*. Vihara Samaggi Jaya: Blitar.
- Santoso, S. 2004. *Kesehatan dan Gizi* . Jakarta : PT Asdi Mahasatya.
- Saptyasih, A. R. 2016. 'Hubungan Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin B12, dan Vitamin C dengan Kadar Hemoglobin Siswa di SMP Negeri 2 Tawangharjo Kabupaten Grobogan'. Purwodadi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sastroasmoro, Sudigdo. 2014. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Savitri, Elvicha Nurman. 2015. 'Hubungan Asupan Zat Besi, Vitamin C, dan Tembaga Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Angkatan 2014 Fakultas Kedokteran Universitas Riau'. Riau. *JOM FK*.
- Sharkey, Bj. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan*. Desmarini, Eri, N. 2003 (ahli bahasa). Ed. 2. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Shinta, Annisa. 2005. 'Hubungan Antara Kadar Hemoglobin Dengan Prestasi Belajar Siswi SMP Negeri 25 Semarang'. [Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang]. <http://digilib.unnes.ac.id/gsd/collect/skripsi/archives/HASH5363/e10abea1.dir/doc.pdf> . Diakses 18 Mei 2018
- Siahaan Ginta, Effendi Nainggolan, dan Dini Lestrina. 2015. 'Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Trigliserida dan Kadar Glukosa Darah pada Vegetarian'. Medan. *Indonesian Journal of Human Nutrition*.
- Siallagan D, Prita Dhyani Swamilaksita, Dudung Angkasa. 2016. 'Pengaruh asupan Fe, vitamin A, vitamin B12, dan vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada remaja vegan'. Jakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Sibagariang, Eva Ellya. 2010. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Siwi, A.P. Switeng, Triska Susila Nindya. 2016. 'Body Image Berhubungan Dengan Indeks Massa Tubuh, Tapi Tidak Dengan Waist To Hip Ratio Pada Vegetarian Putri Di Surabaya'. Surabaya. *Media Gizi Indonesia*.
- Sizer FS, Whitney E. 2006. *Nutrition Concept and Controversies*. Ed 10. Thompson Wadsworth.

- Stark R, Miller AS. 2002. 'Gender and religiousness can socialization explanations be saved?'. *American Journal of Sociology*.
- Suhardjo. 1992. *Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sukma, Wayan Bayu, Ni Made Dewantari, Anak Agung Ngurah Kusumajaya. 2015. *Pola Konsumsi Dan Status Anemia Pada Vegetarian Vegan*. Denpasar. Ahli Gizi RSUD Badung, Dosen Jurusan Gizi Poltekes Denpasar.
- Supariasa. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Susianto, Widjaja H, Mailoa H. 2008. *Diet Enak Ala Vegetarian*. Jakarta: Penabar Plus,; 3-15.
- Vaz, Mario, dkk. 2011. 'Micronutrient Supplementation Improves Physical Performance Measures in Asian Indian School-Age Children'. *The Journal of Nutrition*.
- Vitahealth. 2006. *Seluk Beluk Food Supplement*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Wanty, Nurmasari Widyastuti, Enny Probosari. 2017. 'Asupan Zat Gizi Makro, Status Gizi, dan Status Imun Pada Vegetarian dan Non-Vegetarian'. Semarang. *Journal of Nutrition College*.
- Wardlaw G & Hampl J. 2007. *Perspective in Nutrition Seventh Edition*. New York : McGraw-Hill pp. 606.
- Webster-Gandy J, Madden A, Holdsworth M. 2014. *Gizi & dietetika*. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Whitney E, Rolfes SR. 2008. *Understanding nutrition*. USA: Thomson Wadsworth.
- WHO. 2014. *Anaemia Policy Brief*. World Health Organization.
- Widayanti, Sri. 2008. 'Analisis Kadar Hemoglobin Pada Anak Buah Kapal PT. Salam Pacific Indonesia Lines Di Belawan Tahun 2007'. [Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara].
- Williams, Melvin H. 2007. *Nutrition for Health, Fitness, and Sport*. Ed 8. USA: McGraw-Hill Companies Inc.
- William, M. 2005. *Nutrition for fitness and sport (4th ed.)*. USA: Old Dominion University.

- Windiarti Linda. 2015. 'Interesterifikasi Enzimatik Minyak Wijen dan Palm Stearin Menggunakan Lipase Amobil Dari *Rhizopus oryzae* Untuk Pembuatan Lemak Margarin'. Yogyakarta. *Universitas Gadjah mada*.
- Winston, JC. 2009. 'Health Effect of Vegan Diet'. *The American Journal Clinical Nutrition*.
- Yuslaili, Nur. 2018. 'Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Zat Gizi Mikro dan Status Gizi Terhadap Kebugaran Jasmani Remaja Vegetarian Usia 16-19 Tahun Di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira'. Jakarta. *Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta*.
- Zarianis. 2006. *Esensial Anatomi Dan fisiologi Dalam Asuhan Maternitas*. EGC: Jakarta.
- Zarianis. 2006. 'Efek Suplementasi Besi-Vitamin C dan Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin Anak Sekolah Dasar Yang Anemia Di Kecamatan Sayung Kabupaten Demak'. [Tesis Program Magister Gizi Masyarakat Universitas Diponegoro]. <http://eprints.undip.ac.id/15967/1/Zarianis.pdf> . Diakses pada tanggal 18 Mei 2018.
- Zhu Y, Isabel, dan Jere D, Haas. 1997. 'Iron Depletion Without Anemia and Physical Performance In Young Women'. *American Journal of Clinical Nutrition*.

