

## DAFTAR PUSTAKA

- Alim A. 2014. Persepsi Atlet Terhadap Kebutuhan Cairan (Hidrasi) Saat Latihan fisik dan recovery pada Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga. Universitas Yogyakarta.
- Agnes, CF. 2017. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Atlet Bola Basket Institut Teknologi Bandung. Universitas Pasundan Bandung.
- Agustin, Y., dkk. 2018. Asupan Protein dan Somatotype pada atlet pencak silat di Pembinaan Atlet Berbakat Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta. Vol 01, No. 02, 120-126
- Alfitasari. 2019. Perbedaan asupan energi, makronutrien, status gizi, dan VO2 Maks Antara Atlet Sepak Bola Asrama dan Non Asrama. Media Gizi Indonesia. 2019.14(1):14-26
- Annas, M. (2011). Hubungan kesegaran jasmani, hemoglobin, status gizi, dan makan pagi terhadap prestasi belajar. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia. 1: 2088-
- Anggraeni, AC. 2012. *Asuhan Gizi: Nutritional Care Proses*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Arfianto, Y. 2017. Hubungan antara gaya hidup sehat dengan tingkat kesegaran jasmani siswa kelas VIII sekolah menengah pertama negeri 1 Sleman. Universitas Yogyakarta.
- Awisaba, RE. 2014. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Tim Futsal Putra O2sn Smk Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2014. Universitas Negeri Yogyakarta
- Bakti Husada, Pedoman Gizi Seimbang, (Jakarta: Kementrian Kesehatan RI, 2014), hlm. 3

- Busran. 2014. Pengaruh latihan Sit-Up Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada pada Mahasiswa Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Semester IV Kelas. Universitas Negeri Gorontalo
- Cornia,IG.2018. Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Taekwondo. Amerta Nutr (2018) 90-96
- Damayanti AE. 2016. Hubungan Citra Tubuh, Aktifitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Remaja Putri.Universitas Airlangga.Skripsi
- Dewi.KI, dkk. 2017. Hubungan Kecukupan Vitamin C dan Zat Besi Dengan Kebugaran Jasmani Atlet Pencak Silat IPSI Lamongan. Universitas Airlangga. Vol.12, No. 2 Juli – Desember 2017: hlm134-140
- Devi, N. 2012. *Gizi Anak Sekolah*.Jakarta:Kompas
- Fahmi,S. 2015. Hubungan Motivasi Berprestasi dan Kebugaran Jasmani Dengan Prestasi Akademik. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Fadilah, N. 2017.Kontribusi Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Kelompok A di TK Aisyiyah Bustanul Athfal 05 Surabaya. Universitas Surabaya. Jurnal PAUD Teratai. Volume 06 Nomor 03 Tahun 2017.
- Febriyanto, MAB. 2016. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Konsumsi Jajanan Sehat Di Mi Sulaimaniyah Mojoagung Jombang. Universitas Airlangga.
- Hamidie R. 2017. Peran Ilmu Anatomi dan Fisiologi Dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Bulu tangkis.
- Imaduddin, MAH. 2012. Hubungan Antara Karakteristik Atlet, Tingkat Kecukupan Gizi, Dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Atlet Taekwondo Di Sma Ragunan Jakarta institut Pertanian Bogor

- Inandia,K. 2013. Kejadian Obesitas Berdasarkan Persen Lemak Tubuh Dan Rasio Lingar Pinggang Pinggul Serta Faktor Faktor Lain Yang Berhubungan Pada Prelansia Dan Lansia Kelurahan Depok Jaya Depok. Universitas Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)2010. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kurdanti, Suryani, Syamsiatun, Siwi, Adityant, Mustikaningsih, Sholihah. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja.Jurnal Gizi Klinik Indonesia. Vil 11(4): 179-190.
- Makarimah, A. 2017. Hubungan Antara Status Gizi, Persen Lemak Tubuh, Pola Konsumsi, Dan Aktivitas Fisik Dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar. Universitas Airlangga
- Mardotillah,M. 2016. Silat: Identitas Budaya, Pendidikan, Seni Bela Diri, dan Pemeliharaan Kesehatan. Universitas Padjadjaran. Vol.18 (2): 121-123. ISSN 1410-8356
- Martopo, AH. 2016. Tingkat Keterampilan Dasar Pencak Silat Siswa Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat SMK Muhammadiyah 2 Moyudan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mustian. 2015. Komponen Pembelajaran yang Mempengaruhi Daya Ingat Anak.
- Novariyanto. 2015. Hubungan Tingkat Stress dan Gaya Hidup Sehat dengan Kebugaran Jasmani Pada Mahasiswa Semester Awal Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Permana, R. 2016. Penguasaan Rangkaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) Melalui Diskusi Dan Simulasi (Kajian Pustaka Pemahaman Teori dan Praktek TKJI Terhadap Mahasiswa PGSD UMTAS). Universitas Muhammadiyah Tasikmalya. Vol.6 No.2 Juni 2016
- Penggalih, M.H.S.T., Hardiyanti, M., & Santi, F.I. 2015. Perbedaan perubahan tekanan darah dan denyut jantung pada berbagai intensitas latihan atlet balap sepeda. Jurnal Keolahragaan. 3(2): 218-227.

- Penggalih. 2015. Perbedaan Perubahan Lemak Tubuh Dan Berat Badan Atlet Balap Sepeda Pada Berbagai Intensitas Latihan. Medikora, Vol. Xvi, No 2
- Penggalih, dkk. 2016. Asupan Cairan Dan Status Hidrasi Mempengaruhi Profil Tekanan Darah Pada Atlet Sepakbola Remaja, Gizi Indon 2016, 39(2):93-102
- Penggalih, dkk. 2016. Identifikasi Somatotype, Status Gizi, Dan Dietary Atlet Remaja Stop And Go Sports, Kemas 11 (2) (2016) Xx-Xx
- Pramono, F.E. (2012). Tingkat kesegaran jasmani anak yang ikut dalam sekolah sepak bola handayani di dunung kidul daerah istimewa Yogyakarta. Yogyakarta
- Rahfiluddin. 2018. Hubungan Pengetahuan dan Status Gizi dengan Kadar Hemoglobin dan Kebugaran Jasmani Atlet Renang Klub TCS Semarang. Universitas Diponegoro. Volume 15 Nomer 2 : 2018
- Ruiz, J., Cuenca-García, & H. A. (2015). Cardiorespiratory fitness and ideal cardiovascular health in European adolescents. British Cardiac Society. Vol 101:766–773.
- Setiaputri, dkk. 2017. Hubungan Konsumsi Zat Gizi, Persentase Lemak Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Pada Atlet Renang . Universitas Diponegoro. Volume 5, Nomor 3, Juli 2017 (ISSN: 2356-3346)
- Shamoro, D., & Mondal, S. (2014). Comparative relationship of selected physical fitness variables among different college student of mekelle university ethiopia Africa. Journal of physical education, Fitness and sports. 3(14). 2277:5477.
- Supariasa. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta:EGC
- Susilowati. 2017. Faktor-Faktor Risiko Kesegaran Jasmani Pada Aatlet Balap Sepeda Di Kota Semarang. Universitas Diponegoro

- Sutekno. 2015. Hubungan Kesegaran Jasmani Dan Status Sosial Ekonomi Dengan Prestasi Belajar Siswa Di Smp Negri 3 Klaten. S1 thesis, Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Syauqy, A. 2017. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa Prodi Kedokteran Unja.Universitas Jambi. Volume 5, Nomor 1, Mei 2017, Hal: 87 – 93
- Vania, dkk. 2018. Hubungan Gaya Hidup, Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani (Studi Pada Atlet Softball Perguruan Tinggi Di Semarang Tahun 2017), Volume 6, Nomor 1, Januari 2018 (Issn: 2356-3346)
- Wibowo, A. 2013. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra MAN 2 Banjarnegara. Universitas Negeri Yogyakarta
- Widiastuti,dkk. 2017.Model Latihan Endurance Berbasis Jurus Tunggal Tangan Kosong Untuk Usia Remaja.
- Widiyanto. 2015. Uji Falsifikasi Relevansi Konsep Dan Praktis Instrument TKJI (Tes Kebugaran Jasmani Indonesia) Serta Penyusunan Tes Bagi Anak-Anak (6-9 tahun). Universitas Negeri Yogyakarta. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 11, Nomor 2, November 2015.
- Widyastuti RE,DKK.2018. Indeks Massa Tubuh Menurut Umur Sebagai Indikator Persen Lemak Tubuh Pada Remaja. Universitas Muhammadiyah Semarang
- Wardani, dkk. 2014. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan Kader Kesehatan Tentang Thalasaemia di Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas. Staf Dosen Jurusan Kesehatan Masyarakat UNSOED. Volume 6, (3) Januari 2014, Hal 194 - 206