

## DAFTAR PUSTAKA

1. Barley OR, Chapman DW, Guppy SN, Abbiss CR. Considerations when assessing endurance in combat sport athletes. *Front Physiol.* 2019;10(MAR):1–9.
2. Artioli GG, Franchini E, Solis MY, Tritto AC, Lancha AH. Nutrition in Combat Sports [Internet]. *Nutrition and Enhanced Sports Performance: Muscle Building, Endurance, and Strength.* Elsevier Inc.; 2014. 115–127 p. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-396454-0.00011-4>
3. Lee-Pineda KL, Pagarigan SC, Capucao RP, Cruz FG, Obispo RL, Romey AA, et al. Dietary Habits and Nutritional Knowledge of Selected Philippine National Combat Athletes: a Cross-Sectional Study. *Philipp J Allied Heal Sci.* 2021;V(1):80–93.
4. Kemenkes RI. *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2014.
5. Indonesia. *Undang-Undang Nomor 5 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional.* Kementerian Kesehatan; 2005.
6. Wiarto G. *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan dan Kebugaran.* Yogyakarta: Graha Ilmu; 2015.
7. Asdar M. *Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Pada Club Atletik FIK UNM.* Universitas Negeri Makasar; 2019.
8. Cornia IG, Adriani M. Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa UKM Taekwondo Relationship between Macronutrient Intake , Nutritional Status and Physical Fitness among College Student s in Student ’ s Taekwondo Club. *Amerta Nutr.* 2018;2 no 1:90–6.
9. Setiaputri KA, Rahfiludin MZ, Suroto. Hubungan konsumsi zat gizi, persentase lemak tubuh dan aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani pada atlet renang. *J Kesehat Masy.* 2017;5(3):166–74.
10. Fatmawati I, Putra YK, Wahyuningtyas W. Hubungan Konsumsi Protein dan Vitamin C dengan Status Kebugaran pada Mahasiswa Program Studi Gizi

- Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta. *J Kesehat Terpadu*. 2021;12.
11. Kemenkes RI. *Panduan Pendampingan Gizi Atlet*. Jakarta: Kementerian Kesehatan; 2021.
  12. Williams MH. *Nutrition for Health, Fitness and Sport: Eleventh Edition*. McGraw-Hill Education. 2017. 666 p.
  13. Kuswari M, Handayani F, Gifari N, Nuzrina R. Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kebugaran Atlet Dyva Taekwondo Centre Cibinong. *JUARA J Olahraga*. 2019;5:19–30.
  14. Kurnia D. Pengetahuan Pengaturan Makan Atlet dan Persen Lemak Tubuh Terhadap Kebugaran Jasmani Atlet. *Sport Nutr J* [Internet]. 2020;2:56–64. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/spnj/>
  15. Chandradewi A, Irianto. Asupan Energi, Protein dan Stamina Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Nusa Tenggara Barat. *J Kesehat Prima*. 2017;11, No.1(1):28–35.
  16. Astuti T, Febriansyah. *Jurnal teknologi dan seni kesehatan*. *SANITAS J Teknol dan Seni Kesehat*. 2017;08(02):114–22.
  17. Siregar NF, Nuzrina R, Gifari N, Kuswari M, Ronitawati P. Hubungan Indeks Massa Tubuh, Massa Otot dan Persen Lemak Tubuh dengan Kebugaran Atlet Futsal Putri di Club Jaya Kencana Tangerang. *Jurnal* [Internet]. 2017; Available from: <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Undergraduate-11189-manuskrip.Image.Marked.pdf>
  18. Salamah R. Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kebugaran Jasmani. *Media Kesehat Masy Indones*. 2019;18(2):14–8.
  19. Kerksick CM, Fox E. *Sports Nutrition Needs for Child and Adolescent Athletes*. New York: CRC Press; 2016.
  20. Barat DP dan OPS. *Data Prestasi Atlet Pusat Pendidikan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) pada UPTD KBOR Sumatera Barat, 2019* [Internet]. 2019. Available from: <https://sirusa.bps.go.id/sirusa/index.php/sektoral/view?kd=16632&th=2019>
  21. Irianto DP. *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran dan Kesehatan*. 1st ed. Yogyakarta: Andi; 2004.

22. Afriwardi. Ilmu Kedokteran Olahraga. Jakarta: EGC; 2010.
23. Pasaribu AMN. Tes dan Pengukuran Olahraga. Tes dan Pengukuran Olahraga. Banten: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM); 2020. 261 p.
24. Nawawiwetu ED, Lutfiya I. Factors Associated With the Ability To Perform Physical Fitness Tests With Qcst. *J Vocat Heal Stud.* 2020;3(3):97.
25. Katch VL, McArdle WD, Katch FI. *Essentials of Exercise Physiology.* Vol. 70, Mayo Clinic Proceedings. 2011. 715 p.
26. Mahastuti F. Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi, Aktivitas Fisik Dan Kadar Hemoglobin Dengan Kebugaran Jasmani (Studi Pada Atlet Basket Di Universitas Negeri Semarang). *J Kesehat Masy.* 2018;6(1):458–66.
27. Brody T. *National Biochemistry Second Edition.* San Diego: Academic Press. 1999. p. 1–975.
28. Suciana AM, Gifari N, Sitoayu L, Angkasa D, Gizi PS, Unggul UE, et al. The Correlation Between Sufficiency Makronutrient, Nutritional Status, and Physical Activity Toward Fitness of Badminton Athlete at PB Jaya Raya Ragunan Jakarta Aulya. *Jgk* [Internet]. 2021;13(2):31–2. Available from: [urnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK](http://urnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK)
29. Syafrizar, Welis W. *Gizi Olahraga. Ilmu Gizi Teori Apl.* 2009;1–441.
30. Martel JL, Kerndt CC, Franklin DS. *Vitamin B1 ( Thiamine ).* Vol. 1. 2010. 1–5 p.
31. Polegato BF, Pereira AG, Azevedo PS, Costa NA, Zornoff LAM, Paiva SAR, et al. Role of Thiamin in Health and Disease. *Nutr Clin Pract.* 2019;34(4):558–64.
32. Frances SS, Ellie W. *Nutritions Concepts & Controversies.* 12th ed. Nedah R, Elesha F, Alexis G, editors. Wadsworth: Cengage Learning; 2010.
33. Schlenker ED, Joyce G. *Essentials of nutrition and Diet Therapy* [Internet]. 2012. 444 p. Available from: <https://books.google.com/books?id=9AdhuHFvqjwC&pgis=1>
34. Choi S-K, Baek S-H, Choi S-W. The effects of endurance training and thiamine supplementation on anti-fatigue during exercise. *J Exerc Nutr Biochem.* 2013;17(4):189–98.
35. Yussif NM. *Vitamin C.* Intech Open. 2018;

36. Hasanah U. Penentuan Kadar Vitamin C Pada Mangga Kweni Dengan Menggunakan Metode Iodometri. *J Kel Sehat Sejah*. 2018;16(31):90–5.
37. Puspaningtyas DE, Sudargo T, Farmawati A. Efek minuman kombinasi maltodekstrin dan vitamin C terhadap VO<sub>2</sub> maks atlet sepak bola. *J Gizi Klin Indones*. 2015;12(1):20.
38. Elias SSBM, Rizal INBM. Dietary Habits and Body Mass Index Between Athletes of UiTM. *Malaysian J Movement, Heal Exerc* [Internet]. 2020;10(1):16–24. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/350619681\\_DIETARY\\_HABITS\\_AND\\_BODY\\_MASS\\_INDEX\\_BETWEEN\\_ATHLETES\\_AND\\_NONATHLETES\\_OF\\_UiTM](https://www.researchgate.net/publication/350619681_DIETARY_HABITS_AND_BODY_MASS_INDEX_BETWEEN_ATHLETES_AND_NONATHLETES_OF_UiTM)
39. Murbawani EA. Hubungan Persen Lemak Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Remaja Putri. *J Nutr Heal*. 2017;5(2):69–84.
40. Giriwijoyo YSS, Harsono, Iwan Setiawan, Ichsan M, K KW. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Penerbit ITB; 2006.
41. Wirawan NN. Indonesian Journal of Human Nutrition Sensitifitas dan Spesifisitas IMT dan Lingkar Pinggang-Panggul dalam Mengklasifikasikan Kegemukan pada Wanita (Sensitivity and Specificity of Body Mass Index and Waist-Hip-Ratio in Classifying Obesity on Woman). *Indones J Hum Nutr* [Internet]. 2016;3(1):49–59. Available from: [www.ijhn.ub.ac.id](http://www.ijhn.ub.ac.id)
42. Tanjung NP. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Persen Lemak Tubuh Dengan Nilai Kebugaran Jasmani Atlet Di UPTD Kebakatan Olahraga Provinsi Sumatera Barat Tahun 2018. Universitas Andalas; 2018.
43. Notoatmodjo S. *Notoatmodjo S-Methodologi Penelitian Kesehatan.pdf*. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2010.
44. Gibson RS. *Principles of Nutritional Assessment*. Second. New York: Oxford University Press; 2005.
45. Muth ND, Execise TAC on. What are the guidlines for percentage of body fat loss? [Internet]. 2009. Available from: <https://www.acefitness.org/resources/everyone/blog/112/what-are-the-guidelines-for-percentage-of-body-fat-loss/>



46. Peraturan Gubernur Sumatera Barat. Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Unit Teknis Daerah. No.100 2017.
47. Xu B. How to Improve the Athletes' Physical Fitness. Proc 2nd Int Conf Civil, Mater Environ Sci [Internet]. 2015 Apr 1 [cited 2022 Jul 21];11:282–4. Available from: <https://www.atlantis-press.com/proceedings/cmcs-15/18062>
48. Desiplia R, Indra EN, Puspaningtyas DE. Asupan energi, konsumsi suplemen, dan tingkat kebugaran pada atlet sepak bola semi-profesional. Ilmu Gizi Indonesia. 2018;2(1):39.
49. Alamsyah DAN, Hestiningih R, Saraswati LD. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kebugaran Jasmani Pada Remaja Siswa Kelas Xi Smk Negeri 11 Semarang. J Kesehat Masy. 2017;5(3):77–86.
50. Permatasari AL. Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Kesegaran Jasmani pada Atlet di Pusat Pelatihan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLOP) Jawa Tengah. Universitas Ngudi Waluyo; 2017.
51. Rahmah Z, Dwiyaniti D, Mourbas I, Yuniritha E, Kasmiyetti -. Hubungan Somatotype dan Asupan Gizi Makro dengan Kebugaran Jasmani Atlet. J Gizi. 2020;9(2):189.
52. Muthmainnah I, AB I, Prabowo S. Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro (Protein, Karbohidrat, Lemak) Dengan Kebugaran (VO<sub>2</sub>Max) Pada Atlet Remaja Di Sekolah Sepak Bola (SSB) Harbi. J Kesehat Masy Mulawarman. 2019;1(1):24.
53. Foster E, Lee C, Imamura F, Hollidge SE, Westgate KL, Venables MC, et al. Journal of nutritional science. 2019;1(1):1–9.
54. Nisa N, Fitriani A. The factors associated with cardiorespiratory fitness status of students at Muhammadiyah 3 Senior High School Jakarta. ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan). 2020;5(2):75–82.
55. Portari V, Gonc C. The B-complex vitamins related to energy metabolism and their role in exercise performance : A narrative review Les vitamines du complexe B liées au métabolisme. 2021;(xxxx).