

DAFTAR PUSTAKA

1. Deputi Bidang Pemberdayaan Olahraga. Laporan Nasional Sport Development Index 2022: Olahraga, Daya Saing, dan Kebijakan Berbasis Data. Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia [Internet]. 2022;(March). Available from: https://satudata.kemenpora.go.id/es_AR/dataset/sport-development-index-sdi-2022/resource/8d126c11-d1b0-4a01-9c59-ea6058434501
2. Langgam.id [Internet]. 2024. Prestasi Sumbar PON 2024. Available from: https://langgam.id/hanya-raih-5-emas-prestasi-sumbar-kian-melorot-jadi-peringkat-24-klasemen-akhir-pon-2024/#google_vignette
3. Salamah R. Hubungan Asupan Zat Gizi, Aktivitas Fisik, dan Persentase Lemak Tubuh dengan Kebugaran Jasmani. *Media Kesehat Masy Indones*. 2019;18(2):14–8.
4. Mursyid Moh. Irhas , Indra Safari YA. Profil Kebugaran Jasmani Atlet Tenis Meja PORDA Kabupaten Sumedang dan PORDA Kabupaten Bandung Barat. *Japanese Soc Biofeedback Res*. :291–300.
5. Kemenpora RI. Laporan Indeks Pembangunan Olahraga Tahun 2023 Kebugaran Jasmani dan Generasi Emas 2045. *Kebugaran Jasm dan Gener Emas 2045*. 2023;1–109.
6. Rahmah Z, Dwiyantri D, Mourbas I, Yuniritha E, Kasmiyetti -. Hubungan Somatotype dan Asupan Gizi Makro dengan Kebugaran Jasmani Atlet. *J Gizi*. 2020;9(2):189.
7. Alik DP. Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Atlet Pencaksilat Bkmf Fik Unm. *Pendidik Olahraga Univ Negeri Makassar*. 2020;2.
8. Putri AY, Adi DI. Hubungan antara Tingkat Konsumsi Makanan , Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani. 2024;14(5):355–64.
9. Wulansari ND, Ghifari N, Purwaningtyas DR. Faktor-faktor yang mempengaruhi daya tahan kardiorespiratori atlet taekwondo kyorugi di DKI Jakarta. *Altius J Ilmu Olahraga dan Kesehat*. 2021;10(1):112–25.
10. Suha GR, Rosyada A. Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro, Dan Komposisi Tubuh Dengan Kebugaran Kardiorespiratori Pada Remaja Putri Di Perkotaan. *Ilmu Gizi Indones*. 2022;6(1):43–56.
11. Kementerian Kesehatan R. Pedoman Gizi Olahraga Prestasi. 2014;
12. Ghazzawi HA, Hussain MA, Raziq KM, Alsendi KK, Alaamer RO, Jaradat M, et al. Exploring the Relationship between Micronutrients and Athletic

Performance: A Comprehensive Scientific Systematic Review of the Literature in Sports Medicine. Sports. 2023;11(6).

13. Sasmarianto, Nazirun N. Pengelolaan Gizi Olahraga pada Atlet. Repos Univ Islam Riau [Internet]. 2022;1–86. Available from: [https://repository.uir.ac.id/19397/1/Pengelolaan Gizi Olahraga pada Atlet.pdf](https://repository.uir.ac.id/19397/1/Pengelolaan%20Gizi%20Olahraga%20pada%20Atlet.pdf)
14. Kuswari M, Handayani F, Giffari N, Nuzrina R. Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kebugaran Atlet Dyva Taekwondo Centre Cibinong Relationship of Energy Intake, Macro and Micro Nutrients to Physical Fitness of Athletes of Dyva Taekwondo Centre Cibinong. JUARA J Olahraga. 2019;5(1):19–31.
15. Kuswari M, Gifari N, Taufik FJ, Febriani A, Himarwan A. Pendampingan Gizi Atlet Taekwondo Indonesia untuk Pra-Kualifikasi Olimpiade 2020. Pros Has Pengabd Masy. 2021;96–102.
16. Istiqomah IPN, Kristiyanto A, Ardyanto TD. Hubungan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Atlet Taekwondo Remaja. FISIO MU Physiother Evidences. 2021;3(1):1–7.
17. Safasindo.com [Internet]. 2021. Kejuaraan Bengkulu. Available from: <https://safasindo.com/raih-prestasi-gemilang-di-bengkulu-atlet-taekwondo-limapuluh-kota-diundang-bupati-kerumah-dinas/>
18. Berita Sumbar [Internet]. 2022. Kejurnas Kapolri. Available from: <https://beritasumbar.com/4-atlet-taekwondo-limapuluh-kota-raih-medali-di-kejuaraan-nasional-piala-kapolri-2022/>
19. Mengganti DU, Pengampu D. Kebugaran jasmani. 2023;(1860205223220):1–12.
20. Andalas U, Rahmadhani D, Masyarakat FK, Andalas U. Hubungan pemilihan makanan, asupan zat gizi mikro, dan suplemen dengan kebugaran jasmani atlet di pplp provinsi sumatra barat. 2024;
21. Corbin CB, Welk GJ, Richardson C, Vowell C, Lambdin D, Wikgren S. Youth Physical Fitness: Ten Key Concepts. J Phys Educ Recreat Danc. 2014;85(2):24–31.
22. Krisnanto SB. Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani antara Siswa Kelas Unggulan dan Siswa Kelas Non Unggulan (Studi Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kertosono). J Pendidik Olahraga dan Kesehat [Internet]. 2015;03:64–70. Available from: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/13487>
23. Indrayana B, Yuliawan E. Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2Max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna Fc Kecamatan Rantau Rasau. J Ilm Sport Coach Educ. 2019;3(1):41–50.

24. Zahirah SA, Anggraini FT, Irawati L. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran Kardiorespirasi Lansia Wanita di Puskesmas Padang Kandis. *J Ilmu Kesehat Indones*. 2022;3(1):49–56.
25. Puspareza SA, Kaidah S, Huldani H. Literature Review: Perbedaan Nilai VO2 Maks pada Atlet Olahraga Permainan dan Bela Diri. *Homeostasis*. 2022;5(2):427.
26. Larasati MD, Yuliana S. Food Intake, Nutritional Status and Cardio Respiration Health Of Swimming Athletes. *J Ris Gizi*. 2020;8(1):37–43.
27. Ramadhana MML, Prihanto JB. Hubungan Antara Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Di SMA Negeri Plandaan Jombang. *J Pendidik Olahraga dan Kesehat [Internet]*. 2016;4(2):467–71. Available from: <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
28. Zahra S, Muhlisin M. Nutrisi Bagi Atlet Remaja. *J Terap Ilmu Keolahragaan*. 2020;5(1):81–9.
29. Rabiah AN, Ratnawati, Reski S. The Relationship between Nutritional Status and Food Intake with the Physical Fitness Level of Athletes at the Samkot Samarinda Football School in 2022. *Formosa J Sci Technol*. 2022;1(7):945–60.
30. El Ghina MF, Widawati W, Lestari RR. Asupan Energi, Protein, Status Gizi, dan VO2 Max Atlet Futsal MAN 1 Pekanbaru. *J Ilmu Gizi dan Diet*. 2023;2(3):175–81.
31. Rizqi H, Udin I. Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Atlet Basket Remaja Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Media Gizi Indones*. 2018;11(2):182.
32. Nadhiroh N, Dewi AP, Muharramah A, Pratiwi AR. Hubungan Status (Imt/U) Dengan Kebugaran (Vo2Max) Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Sma It Insan Mulia Boarding School. *J Gizi Aisyah*. 2023;6(2):148–56.
33. Gantarialdha N. Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Ketahanan Kardiorespirasi Dinyatakan Dalam Vo2Max. *J Med Utama [Internet]*. 2021;2(4):1162–8. Available from: <http://jurnalmedikahutama.com>
34. Fitri DA, Raibowo S, Pujianto D, Sugihartono T. Hubungan Antara Pola Hidup Sehat Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Ujan Mas Kabupaten Kepahiang The Relationship Between a Healthy Lifestyle and the Physical Fitness Level of Students of State Junior High School 1 Uj. 2024;5(2):201–9.
35. Saptono T, Sumintarsih S, Purwandono Saleh RA. Perbandingan Latihan Aerobik Dan Anaerobik Terhadap Tingkat Imunitas Atlet Bolavoli Melalui Physical Fitness Test. *J Penjaskesrek*. 2021;8(2):172–88.

36. Arif M. Profil Hasil Tes Pengukuran Vo2Max Metode Laboratorium Dan Metode Balke 15 Menit Pada Atlet Putra Bola Tangan Unj. Pros Semin Dan Lokakarya. 2018;1:236–9.
37. Habibi E, Dehghan H, Moghiseh M, Hasanzadeh A. Study of the relationship between the aerobic capacity (VO2 max) and the rating of perceived exertion based on the measurement of heart beat in the metal industries Esfahan. *J Educ Health Promot*. 2014;3(1):55.
38. Ponce-García T, Benítez-Porres J, García-Romero JC, Castillo-Domínguez A, Alvero-Cruz JR. The anaerobic power assessment in crossfit® athletes: An agreement study. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(16).
39. Prasetyo G. Tingkat Kondisi Fisik Atlet Putera Taekwondo PPLP Dispora Provinsi Riau. 2021;6.
40. Tarawan VM, Lesmana R, Gunawan H, Gunadi JW. Hubungan Antara Pola Konsumsi dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang pada Warga Desa Cimenyan. *J Pengabdian Kpd Masy*. 2020;4(2):57–9.
41. Atika AN. Hubungan Asupan Energi dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi PegawaiPesantren Dar El Hikmah. *J Soc Sci Res*. 2024;4:3953–62.
42. Kesehatan KR. Pedoman Gizi Olahraga Prestasi. 2014;
43. Pangemanan AJ, Amisi MD, Malonda NSH. Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Mahasiswa Semester Vi Fakultas Kesehatan Masyarakat Unsrat Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *J Kesmas*. 2021;10(2):123–32.
44. Panggabean MS. Peranan Gizi bagi Olahragawan. *Cdk-282* [Internet]. 2020;47(1):62–6. Available from: [http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/viewFile/346/146#:~:text=Zat gizi yang dibutuhkan atlet,membantu atlet mencapai performa terbaik.](http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/viewFile/346/146#:~:text=Zat+gizi+yang+dibutuhkan+atlet,membantu+atlet+mencapai+performa+terbaik.)
45. Putri NR, Dhanny DR. Literature Review: Konsumsi Energi, Protein, dan Zat Gizi Mikro dan Hubungannya dengan Performa Atlet Basket. *Sport Nutr J*. 2022;3(2):14–24.
46. Luna F, Rossi EV, Arrieta EM. Nutritional considerations for vegetarian athletes: A narrative review. *Hum Nutr Metab* [Internet]. 2024;37(April):200267. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.hnm.2024.200267>
47. Triandari ST, Fatmawati I, Maryusman T, Puspita ID. Hubungan Pengetahuan Terkait Gizi, Asupan Karbohidrat, dan Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Pada Atlet Cabang Olahraga Permainan. *J Ilm Kesehat Masy Media Komun Komunitas Kesehat Masy*. 2021;13(4):160–6.
48. Wahyuningtyas P, Rakhma LR, Mardiyati NL. Hubungan Asupan Karbohidrat dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani pada Mahasiswa Pendidikan

Jasmani Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2024;7(1):207–19.

49. Ginting WM, Panjaitan R, Manurung J, Irwanto R. Asupan gizi makro dengan kebugaran jasmani pada atlet sepakbola deliserdang. 2024;1(1):1–11.
50. Tarawan VM, Gunadi JW, Setiawan, Lesmana R. Hubungan antara Status Gizi, Pengetahuan, Pola Konsumsi dan Estimasi VO2 Maks pada Murid SMPN1 Tempuran. J Pengabdian Kpd Masyarakat [Internet]. 2018;2(6):431. Available from: <http://jurnal.unpad.ac.id/pkm/article/view/20254/9677>
51. Nurhaiza A, Putri AM, Naja SS, Faadhilah MD, Kristanto KP. Hubungan Aktifitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Atlet FIK Angkatan 2023 Universitas Negeri Semarang. J Anal. 2024;3(2):283–93.
52. Hidayah LM, Muniroh L. Hubungan Tingkat Kecukupan Energi, Protein Dan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Power Atlet Beladiri. Media Gizi Indones. 2018;12(1):34.
53. Kemenkes RI. Panduan Pendampingan Gizi Pada Atlet. 2021.
54. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R &. D. 2013.
55. Maulida F, Nur F, Rachma H, Arta D. Kebakatan Olahraga Provinsi Sumatera Barat. 2023;3(August 2022):169–74.
56. Kurniawan W, Rahadiani D, Ruqayyah S, Priono RIP. Hubungan Jenis Kelamin, Indeks Massa Tubuh, Lama Latihan dan Tipe Cabang Olahraga dengan Volume Oksigen Maksimal (VO2Max) Pada Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) NTB. MAHESA Malahayati Heal Student J. 2024;4(4):1523–35.
57. Yuliana A, Sugiharto. Survei Tes Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet SSB Putra Tugumuda Semarang Usia 14 Tahun. J Sport Sci Fit [Internet]. 2019;5(1):14–8. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>
58. Putri MW, Nuari Panggraita G, Agustriyani R, Proboyekti D. Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Dulongmas Kabupaten Pekalongan. Jendela Olahraga. 2022;7(1):100–8.
59. MS Hasan, AR Bismar AA. Penerapan Pola Konsumsi dan Status Gizi dengan Tingkat Vo2. Penguatan Riset, Inovasi, dan Kreatifitas Peneliti di Era Pandemi Covid-19. 2021;2421–44.
60. Nurdini DA, Probosari E. Tingkat kecukupan zat gizi dan kadar hemoglobin pada atlet sepakbola. J Nutr Coll. 2017;6(1):28.
61. Assyifa R, Riyadi H. Correlation Between Body Image, Eating Disorders, and Nutrient Adequacy Level with Nutritional Status of Adolescent Swimmers in Bogor City, Indonesia. Amerta Nutr. 2023;7(1):98–111.

62. Hasniyati R, Hasneli H, Rahmi NF. Analysis of Macro and Micro Nutrient Intake on Athletes' Physical Fitness at The Student of Sports Atlet. *J Aisyah J Ilmu Kesehat*. 2022;8(1):7–14.
63. Abdi M. Pengaruh Pemberian Vitamin B1 B6 Dan B12 Terhadap Kelelahan Otot Pada Atlet Bola Basket Perbasi Kabupaten Sinjai. *Upt Perpust Unm*. 2019;1–8.

