

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F. T., Saichudin, dan Sudjana, I. N. (2014). Survei Tingkat Kapasitas Oksigen Maksimal Atlet Porprov Kota Batu 2015. *Jurnal Sport Science*, Vol. 4, No. 3, 130-140.
- Adrianingtias, W. (2014). *Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Zat Gizi Makro (Karbohidrat, Protein dan Lemak) terhadap Status Gizi (Studi Kasus pada Narapidana Wanita di Lembaga Perumahan Wanita Kelas li A Kota Malang)*. Malang: Universitas Brawijaya.
- Almatsier, S. (2001). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Andriyani, F., dan Budiono, I. (2021). Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Atlet Taekwondo. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 555-562.
- Boihaqi, dkk. (2021). Kardiovaskuler (VO2Max) pada Anggota Mapala Marton Kabupaten Aceh Utara. *Edunomika – Vol. 05, No. 02*, 1284-1294.
- Danardono. (n.d.). Sejarah, Etika Dan Filosofi Seni Beladiri Karate. 1-23.
- Firdiansyah, Y. R., dan Pramono, B. A. (2021). *Kemampuan Tingkat Volume Oksigen Maksimal Atlet Karate Usia 14-17 Tahun Di Dojo Canggus Karate Klub, Kecamatan Jetis, Kabupaten Mojokerto*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Hardinsyah, Riyadi, H., dan Napitupulu, V. (2013). Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Karbohidrat. 1-27.
- Julita, R., Saripin, dan Agust, K. (2017). Tinjauan VO2Max pada Atlet Tinju Putera dan Puteri Club Denpal Boxing Camp Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 1-9.
- Maisun, A. (2021). *Kecukupan Asupan Kalori Energi Atlet Beladiri pada PON XX 2021 di Papua*. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Ningtiyas, R. U. (2018). *Hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap VO2 Max pada Atlet Karate di Dojo Pangkalan Udara Abdul Rachman Saleh Malang*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nugroho, W. (2020). Profil Tingkat Volume Oksigen Maksimal pada Atlet Puslatda PON XX Daerah Istimewa Yogyakarta. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, Vol 26 (1), 27-32.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Direktorat Jendral Bina Gizi dan KIA. 2014. Pedoman Gizi Olahraga Prestasi. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI

- Pertiwi, A. B., dan Murbawani, E. A. (2012). Pengaruh Asupan Makan (Energi, Karbohidrat, Protein dan Lemak) terhadap Daya Tahan Jantung Paru (VO₂ Maks) Atlet Sepak Bola. *Journal of Nutrition College*, Vol. 1 No. 1 , 119-208.
- Prayugo, A. (2017). *Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Karate Kabupaten Banyuasin Pasca Porprov Sumatera Selatan Tahun 2017*. Palembang: Universitas PGRI Palembang.
- Sari Siregar dan Putra Lasar Dani. (2018). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dengan Status Gizi Atlet Gulat PPLP Sumatera Utara. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan Volume 2, Nomor 1* , 10-18.
- Sofiatun, dkk. (2017). *Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Pengetahuan dan Praktik Gizi Seimbang pada Remaja*. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Supariasa, dkk. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Syantica Putra, Y. (2013). *Perbedaan Tes Balke, Tes Cooper, dan Tes Multistage terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Bola Voli Yuso Sleman*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Utomo, A. W. (2017). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai, Perut dan Lengan terhadap Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki (Study Pada Mahasiswa Putra UKM Karate Universitas Negeri Surabaya)*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Wongso, N., & dkk. (2010). Kajian Pola Konsumsi dan Status Gizi Atlet di Pusat Pembinaan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Nusa Tenggara Timur Tahun 2009. *Jurnal Pangan, Gizi, dan Kesehatan*, Vol. 2, No. 2 , 257-267.
- Yusuf Zainuddin, M. (2021). *Pendidikan Karakter Melalui Seni Bela Diri Karate pada Dojo BSM Banda Aceh*. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Ranry Darussalam Banda Aceh.