

DAFTAR PUSTAKA

- Adisapoetra. (1999). *Panduan Teknis Tes & Latihan Kesegaran Jasmani*. Pusat Pengkajian dan Pengembangan Iptek Olahraga. Kantor Menteri Pemuda dan Olahraga.
- Almatsier, Sunita. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Andrews, R. (2013). *All about eating for your body type* [Internet] available at : www.precisionnutrition.com/all-about-body-type-eating [Accessed 24 Desember 2016]
- Arum, Virra M. (2013). *Hubungan Intensitas Latihan, Persen Lemak Tubuh, dan Kadar Hemoglobin dengan Ketahanan Kardiorespirasi Atlet Sepak Bola*. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Azwar, A. (2004). *Tubuh Sehat Ideal Dari Segi Kesehatan*. Disampaikan pada Seminar Kesehatan Obesitas, Senat Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat UI di Kampus UI Depok.
- Bompa, TO. (1993). *Periodization of Strength*. Toronto: New York University.
- Bray, G.A. (1976). *The Obese Patient*. Philadelphia: WB Saunders Company.
- Brouns, F. (2009). *Essentials of Sports Nutrition 2nd Ed*. Chicester: John Wiley & Sons.
- Burke, EJ. (1980). *Toward and Understanding of Human Performance*. In: Burke, EJ., (Ed). New York: Movement Publication.
- Carter, J.E.L and Heath, B.H. (1990). *Somatotyping Development and Applications*. Cambridge: Cambridge University Press, pp 398-420.
- _____. (2002). *The Heath-Carter Anthropometric Somatotype Instruction Manual*. Sandiego: CA. USA Department of Exercise and Nutritional Sciences.
- Corbin, C. B., Pangrazi, R. P., & Franks, B. D. (2008). *Definition: Health, fitness and physical activity*. President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest, 3(9), pp 1-8.
- Coyle, E.F., Feiring, DC., Rotkins, TC., Cote III, RW., Roby, FB., Lee, W., & Wilmore, JH.(1991). Specificity of Power Improvements Through Slow and Fast Isokinetic Training. *Journal of Applied Physiology: Respiratory, Environemtal, and Exercise Physiology*, 51, 1437-1442.
- Dahlan, M. Sopiudin. (2011). *Statistik untuk kedokteran dan Kesehatan. Deskriptif, Bivariat dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi dengan Menggunakan SPSS*. Jakarta: Salemba Medika, p 224.
- Damayanti, D. (2000). Pro Kontra "Carbohydrate Loading", *Pedoman Pelatihan Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta: Departemen Kesehatan dan Kesejahteraan Sosial RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Gizi Masyarakat.
- Daniel, Mielke. (2007). *Dasar – Dasar Sepak Bola*. Bandung: PT Pakar Raya.
- Depkes RI. (2002). *Gizi Atlet Sepak Bola*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- Dewi, A.Rusyana. (2015). *Hubungan Berat Badan dan Tinggi Badan dengan Kelincahan Pemain Futsal Putri Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Dorfman, L. (2008). Nutrition for Exercise and Sport Performance. In Mahan, L.K. and Stump, S.E. (2008). *Krause's Food and Nutrition Therapy 12th edition*. USA: Elseviere: 588-590.

- Draper, J.A dan Lancaster, M.G. (1985). The 505 test: A test for agility in the horizontal plane. *Australian Journal of Science and Medicine in Sport* 17 (1): 15-18.
- Fatmah dan Y. Ruhayati. (2011). *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung: Lubuk Agung.
- Federation of International Football Association. (2017). *FIFA Ranking* [Internet]. Zurich : FIFA available at www.fifa.com [Accessed 18 Januari 2017]
- Gabett, T dan D. Benton (2009). Reactive agility of rugby league players. *Journal of Science and Medical Sports in Medicine Australia* Vol 12 (1), 212-214.
- Genton, L., K. Melzer, C. Pichard. (2010). Energy and Macronutrient Requirements for Physical Fitness in Exercising Subjects. *Clinical nutrition (Edinburgh, Scotland)*, 29 (4): 413-23.
- Giam, C.K. (1993). Ilmu Kedokteran Olahraga. Diterjemahkan oleh Satmoko, H Dari Buku *Sport Medicine, Exercise and Fitness*. Jakarta: Binarupa Aksara, p 56.
- Hachana, Younes, Helmi Chaabene, Mohamed A Nabli, Ahmed Attia, Jamel Moualhi Najiba Farhat dan Mohamed Elloumi. (2013). Test-Retest Reliability, Criterion-Related Validity and Minimal Detectable Change Of The Illinois Agility Test in Male Team Sport Athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research* 27(10), 2752-2759.
- Hazir, Tahir. (2010). Physical Characteristics and Somatotype of Soccer Players according to playing Level and Position. *Journal of Human*, 26(3): 83-95.
- Heath, B.H dan Carter J.E.L. (2005). *Somatotyping Development and Application*. Cambridge: Cambridge University Press, pp 398-420.
- Herman. (2011). Psikologi Olahraga. *Jurnal ILARA, II* (2), 1-7.
- Hoff, Jan dan Helgerud, Jan. (2004). Endurance and Strength Training for Soccer Players. *Sports Med* 34 (3), 165-180.
- Husaini, M. A. (2002). *Kebutuhan Protein Untuk Berprestasi Optimal, Pedoman Pelatihan Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta: Departemen Kesehatan dan Kesejahteraan Sosial RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Gizi Masyarakat.
- Indriati, E. (2010). *Antropometri untuk Kedokteran, Keperawatan, Gizi, dan Olahraga*. Yogyakarta: Citra Aji Pratama, pp 134-138.
- Irianto, D. P. (2007). *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Andi, pp 43-47.
- Ismaryati. (2008). Peningkatan Kelincahan Atlet Melalui Penggunaan Metode Kombinasi Latihan Sirkuit Pliometrik dan Berat Badan. *PAEDAGOGIA* 11(1), 74-89.
- Jelinic, J.D., Nola, I.A., dan Matanic, D. (2008). Living or Away from Home-Impact on Student's Eating Habits. *Materia Socio Medica*, 20 (4), 204-108.
- Jensen, CR dan Fisher, AG. (1979). *Scientific Basis of Athletic Conditioning*. Philadelphia: Lia Febinger.
- Kanter, M. (1006). *Refueling for Stop-and-Go Sports*. Gatorade Sports Science Institute Illinois.
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Jakarta : Direktorat Jenderal Bina Gizi, pp 6-24.
- Kirkendall, D.T. (2004). Creatine, Carbs, And Fluids: How Important In Soccer Nutrition. *Gatorade Sports Science Institute, Vol. 17, Sports Science Exchange No 3*.

- Kushartanti, B.M.W. (2009). *Kebutuhan dan Pengaturan Makan Selama Latihan, Pertandingan dan Pemulihan*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Yogyakarta.
- Kuswendi, U. (2012). *Hubungan Kelincahan dan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Dribbling Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) Tunas Melati Kecamatan Imogiri KU 14-16 Tahun 2012*. Skripsi. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Lee, A.J dan Lin, W. (2007). The Influence of Gender and Somatotype on Single-leg Upright Standing Postural Stability in Children. *Journal of Applied Biomechanics*, 23 (1), 173-179.
- Mackenzie, B. (2005). *101 Performance Evaluation Tests*. London: Electric Word plc, pp 62-63.
- Marjana, Wayan., I Ketut Sudiana., Made Budiawan. (2014). Pengaruh Pelatihan Shuttle Run Terhadap Kecepatan dan Kelincahan. *E-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Vol 1*.
- Muhlisin, Muhammad Ahmad. (2014). Pengaruh Latihan Tendangan dengan Perubahan Jarak dan Latihan Tendangan dengan Mengubah Ukuran Target Terhadap Akurasi Tendangan Lambung Sepakbola pada SSB Putra Tugu Muda Semarang. *Jurnal of Sport Sciences and Fitness* 3(4).
- Mylsidayu, S., dan Febi, K. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Narruti, Nadia Hanun. (2013). *Hubungan Asupan Lemak, Persentase Lemak Tubuh, Somatotipe dengan Kelincahan Atlet Pencak Silat Kategori Tanding Pelatihan Daerah (PELATDA) Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Patterson, R.E & Pietinen, P. (2004). *Pengkajian Status Gizi Pada Perorangan dan Masyarakat*. Jakarta : EGC.
- Penggalih, M.H.S.T, dan Huriyati, E. (2007). Gaya Hidup, Status Gizi dan Stamina Atlet Pada Sebuah Klub Sepakbola. *Berita Kedokteran Masyarakat* Vol. 23 No, 4.
- Penggalih, M.H.S.T., D. Pratiwi., F. Fitria., M.D.P. Sari., N.H. Narruti., I.N. Winata., Fatimah, dan M.D. Kusumawati. (2016). Identifikasi Somatotype, Status Gizi, dan Dietary Atlet Remaja Stop and Go Sports. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 11 (2), pp 96-106.
- Penggalih, Mirza Hapsari Sakti Titis. (2017). *Efektivitas Penatalaksanaan Gizi Pada Atlet Terhadap Perbaikan Status Gizi Sebagai Penunjang Performa (Kajian Pada Atlet Sepakbola Remaja)*. Disertasi. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.
- Poedjiadi, Anna. (2009). *Dasar – Dasar Biokimia*. Jakarta: UI Press, p 81.
- Pratiwi, Diana. (2014). *Hubungan Somatotype dan Performa Fisik pada Atlet Sepak Bola Tim Nasional (TIMNAS) U-19 dan Atlet Sepak Bola Mahasiswa*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Primana, D.A. (2000). *Penggunaan Lemak Dalam Olahraga, Pedoman Pelatihan Gizi Olahraga Untuk Prestasi*. Jakarta: Departemen Kesehatan dan kesejahteraan Sosial RI, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Direktorat Gizi Masyarakat.
- Rahmawati, Neni Trilusiana. (1999). Ciri – ciri antropometrik dan komposisi badan pada atlet sepakbola di Yogyakarta. *Berkala Ilmu Kedokteran* 31 (2) Juni, 85-91.

- Reilly, T dan Williams, M. (2003). *Science and Soccer*. New York: Routledge USA, 39-40.
- Reilly. T., Williams, A.M, Nevill, A., & Franks, A. (2000). A Multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 695-702.
- Reiman, M. P and R. C. Manske. (2009). *Functional Testing in Human Performance, Speed, Agility and Quickness*. United States America: Human Kinetics.
- Robbert J. M., B. Virginia, D.A.H. Tomatis, and M.D. Ashley. (2011). Estimation of Food and Nutrient Intakes of Athletes. In: Judy Driskell and Era Wolinsky (Ed). 2011. *Nutritional Assesment of Athletes 2nd edition*. USA: Taylor nd Francais Group CRC Press.
- Sandjaja, dkk. (2009). *Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Kompas Penerbit Buku.
- Schmidt, R.A. (1991). *Motor Learning & Performance. From Principle to Practice*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books. 171-197.
- Sharkey, B.J. (2003). *Kebugaran & Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sheldon, W.H., JJ Stevens, WB Tucker. (1963). *The Varieties of Human Physique*. New York: Hafner Publishing Varieties Company.
- Shepherd, John. (2007). *Sport Training: The Complete Guide*. Pennsylvania State University: Firefly Books.
- Sheppard, R.J., Young, W.B., Doyle, T.L., Sheppard, T., Newton, R.U. (2006). An Evaluation of A New Test of Reactive Agility and Its Relationship to Sprint Speed and Change of Direction Speed. *Journal of Science and Medicine in Sport/Sports Medicine Australia* Vol 9 (4), 342-349.
- Siagian, Albiner. (2010). *Epidemiologi Gizi*. Jakarta: Erlangga.
- Skolnik, H. Dan Chernus, A. (2010). *Nutrient Training for Peak Performance*. Champaign: Human Kinetics.
- Sport Medicine Manual. (2002). *Physiology*. IOC Sport Medicine Manual 2000 [Internet] available at www.olympic.org [accessed 24 Desember 2016].
- Sucipto, dkk. (2007). *Sepakbola*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, p 7.
- Sujardi, Charles. (2013). Globalisasi dan Pola Makan Mahasiswa: Studi Kasus di Jakarta. *CDK-205*, 40 (6), 416-42.
- Sumosardjuno, S. (1996). *Sehat & Bugar Petunjuk Praktis Berolahraga Yang Benar*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Supariasa, I.D.N., B. Bakri, dan I. Fajar. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC, pp 94-96.
- Supriyanti. (2012). *Pengaruh Karakteristik, Kebiasaan dan Konsumsi Pangan Terhadap Kebugaran Atlet Sepakbola PSBL Langsa*. Tesis. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Susila & Suyanto. (2014). *Metodologi Penelitian Epidemiologi Bidang Kedokteran dan Kesehatan*. Yogyakarta : Bursa Ilmu
- The International Society for The Advancement in Kinanthropometry (ISAK). (2001). *International Standars for Anthropometric Assesment*. Australia : ISAK, 2001, 1-133.
- Udiyana, I Nym Sastra Dwipa., I Nyoman Kanca., I Nyoman Sudarmada. (2014). Pengaruh Pelatihan Modifikasi *Zig Zag Run* Terhadap Peningkatan Kecepatan dan Kelincahan Pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler

- Sepak Bola SMA PGRI 1 AMLAPURA Tahun Ajaran 2013/2014. *E-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Vol I Tahun 2014*.
- Walker, S & Turner, A. (2009). A One-Day Field Test Battery for the Assessment of Aerobik Capacity, Anaerobik Capacity, Speed and Agility of Soccer Players. *Strength and Conditioning Journal*, 31 (6), 52-60.
- Wiarso, G. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu, pp 169-172.
- Widiyany, Fery Lusviana. (2007). *Hubungan Antara Pola Konsumsi Karbohidrat, Protein, dan Lemak dengan Kesegaran Kardiorespirasi Atlet Sepakbola PERSIBA Bantul Tahun 2007*. Skripsi. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi. (2004). Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- Wijatmoko, A., & Rismayanthi, C. (2015). Profil Somatotipe dan Tingkat Kelainan Perilaku Makan pada Atlet PABBSI Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Medikora*, XVI (2), Oktober.
- Williams, M. H., Anderson, D. E., & Rawso, E. S. (2013). *Nutrition for Health, Fitness & Sport* (10th Edition ed.). New York: McGraw-Hill, pp 419-420.
- Young, W.B., Hawken, M., dan McDonald, L. (1996). Relationship Between Speed, Agility and Strength Qualities in Australian Rules Football. *Strength and Conditioning Coach*, 4(4), 3-6.