

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, N. Z., dan Adam, M. B. (2013). Prediction of Vertical Jump Height from Anthropometric Factors in Male and Female Martial Arts Athletes. *The Malaysian Journal of Medical Sciences* .
- Afif, R. M., dan Nasrullah, A. (2016). Pengaruh Weight Training Dan Body Weight Training Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Tangan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*.
- Agnestya, Rizky. (2011). *Hubungan antara Asupan Zat Gizi dan Konsumsi Lemak Tubuh dengan Kapasitas Daya Tahan Tubuh Atlet di Sekolah Atlet Ragunan Jakarta*. Institut Pertanian Bogor.
- Amin, N., dan Lestari, Y. N. (2019). Hubungan Status Gizi, Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Dengan Kecepatan Pada Atlet Hockey Kota Surabaya. *Sport And Nutrition Journal*.
- Apriani, S. (2015). Perbandingan Indeks Glikemik Dan Beban Glikemik Antara Bubur Kacang Hijau Dan Bubur Kacang Hijau Yang Disertai Ketan Hitam.
- Arimbi, Rahman, A., dan Saharullah. (2018). Pengaturan Nutrisi Tepat Bagi Atlet. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Aziz, R. (2019). Pencoklatan Pada Buah Pear. *Jurnal Technopreneur*.
- Badan Standarisasi Nasional. (1992). SNI 01-2891-1992. Tentang Cara Uji Makanan dan Minuman. Jakarta.
- [BSN] Badan Standarisasi Nasional. (2011). SNI 01-2971-2011. Tentang Susu Kental Manis. Jakarta.
- Darmawan, M., Peranginangin, R., Syarief, R., Kusumaningrum, I., dan Fransiska, D. (2014). Pengaruh Penambahan Karaginan Untuk Formulasi Tepung Puding Instan. *Jurnal Pasca Panen Dan Bioteknologi Kelautan Dan Perikanan*.
- Dewi, K. I., dan Wirjatmadi, R. B. (2017). Hubungan Kecukupan Vitamin C Dan Zat Besi Dengan Kebugaran Jasmani Atlet Pencak Ipsi Lamongan. *Media Gizi Indonesia*.
- Diputra, R. (2015). Pengaruh Latihan Three Cone Drill, Four Cone Drill, Dan Five Cone Drill terhadap Kelincahan (Agility) Dan Kecepatan (Speed). *Efektor*.

- Faridah, A., dkk. (2008). *Patiseri jilid II*. Jakarta : Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan.
- Giriwijoyo, P. S., dan Sidik, D. Z. (2013). *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Ginting, A. A. (2017). Konsumsi Pisang Ambon Pada Aktivitas Fisik Submaksimal Meningkatkan Kadar Glukosa Darah. *Jurnal Helper*.
- Haryadi. (2014). Analisa Kadar Alkohol Hasil Fermentasi Ketan Dengan Metode Kromatografi Gas Dan Uji Aktifitas Saccharomyces Cereviceae Secara Mikroskopis (Analysis Of Alcohol Content Fermented Glutinous By Method Chromatography Gas And Test Activity Saccharomyces Cerevic.
- Ita, S. (2014). Cara Menentukan Kebutuhan Energi Seorang Atlet. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*.
- Itis. (2018). Interagency Taxonomic Information System . Tersedia Online Di https://www.itis.gov/servlet/Singlerpt/Singlerpt?Search_Topic=Tsn&Search_Value=42391#Null [Diakses 08 November 2019].
- KBBI, (2019).Kamus Besar Bahasa Indonesia. Tersedia Online Di <https://kbbi.web.id/atlet-atau-atlit> [Diakses 06 November 2019]
- Kurnia, M., dan Kushartanti, W. (2013). Pengaruh Latihan Fartlek dengan Treadmill Dan Lari Di Lapangan Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi. *Jurnal Keolahragaan*.
- Kuswari. (2016). *Ilmu Gizi: Teori & Aplikasi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Egc.
- Mahardika, N. P., dan Zuraida, R. (2016). Vitamin C Pada Pisang Ambon (Musa Paradisiaca S.) Dan Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Majority*.
- Mahmud, Z. dan Ferry, Y. (2005). Prospek Pengolahan Hasil Samping Kelapa. *Jurnal Pusat Penelitian dan Pengembangan Perkebunan*.
- Medanense, Herbarium. (2011). *Identifikasi Spesimen*. Sumatera Utara: Universitas Sumut
- Nailufar, A. A., Basito, dan Anam, C. (2012). Kajian Karakteristik Ketan Hitam (Oryza Sativa Glutiosa) Pada Beberapa Jenis Pengemas Selama Penyimpanan. *Jurnal Teknologi Pangan*.
- Noor, Zulafa. (2007). Perilaku Selulase Buah Pisang Dalam Penyimpanan Udara Termodifikasi. *Seminar Nasional Teknologi*.

- Nursakinah. (2016). Artikel Ilmiah Pengaruh Rasio Santan Kelapa Dan Susu Full Cream Terhadap Nilai Gizi Dan Organoleptik Es Krim. Universitas Mataram
- Poncomulyo. T., Herti Maryani. dan Lusi Kristiani. (2006). Budidaya dan Pengolahan Rumput Laut. Surabaya : Agro Media Pustaka.
- Prakoso, G. P., dan Sugiyanto, F. (2017). Pengaruh Metode Latihan Dan Daya Tahan Otot Tungkai Terhadap Hasil Peningkatan Kapasitas Vo2max Pemain Bola Basket. *Jurnal Keolahragaan*.
- Puspitasari. Y. (2008). Pengaruh Substitusi Tepung Kacang Tunggak (*Vigna Unguiliata*) Terhadap Kadar Protein Dan Daya Terima Pada Anak Sekolah Dasar Di Sdn Kadungwungu 3 Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan. Politeknik Kemenkes Semarang Jurusan Gizi.
- Ramadhan, W. (2011). Pemanfaatan Agar-Agar Tepung Sebagai Texturizer Pada Formulasi Selai Jambu Merah (*Psidium guajava L.*) Lembaran dan Pendugaan Umur Simpannya. Skripsi. IPB. Bogor.
- Sahara, M. P., Widyastuti, N., dan Candra, A. (2019). Kualitas Diet Dan Daya Tahan (Endurance) Atlet Bulutangkis Remaja Di Kota Semarang. *Journal Of Nutrition Collage*.
- Setiyawan. (2017). Kepribadian Atlet Dan Non Atlet. *Jurnal Jendela Olahraga*.
- Setiyawan. (2017). Visi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas, Issn*.
- Slamet, J.S, (2007), Kesehatan Lingkungan, Gajah Mada Pres, Cetakan ketujuh, Yogyakarta.
- Sugito. (2013). Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kemampuan Dribble Dalam Permainan Bola Basket Pada Mahasiswa Tingkat Ii Prodi Penjaskesrek Fkip Unp Kediri. Effektor. Nomor 23. 58-59
- Sukadiyanto, dan Muluk. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung
- Sinaga, F. A. (2013). Hubungan Antara Kadar Haemoglobin Dengan Tingkat Vo2max Atlet Pplm Provinsi Sumatera Utara. *Generasi Kampus*.
- Thomas, D. T., Erdman, K. A., Burke, L. M., & Mackillop, M. (2016). Position Of The Academy Of Nutrition And Dietetics, Dietitians Of Canada, And The American College Of Sports Medicine: Nutrition And Athletic Performance. *Journal Of The Academy Of Nutrition And Dietetics*.

- Triyono, A. (2010). Pengaruh Konsentrasi Ragi Terhadap Karakteristik Sari Buah Dari Beberapa Varietas Pisang (*Musa paradisiaca L.*). Institutional Repository UPN "Veteran" Yogyakarta.
- Wahyudi. (2013). Pemanfaatan Kulit Pisang (*Musa Paradisiaca*) Sebagai Bahan Dasar Nata De Banana Pale Dengan Penambahan Gula Aren Dan Gula Pasir. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wahyuni, dan Ramlah, S. (2018). Perbandingan Nutrisi Dan Keberterimaan Produk Jipang-Cokelat Yang Diolah Masing-Masing Dari Beras Ketan Hitam Dan Putih. *Jurnal Industri Hasil Perkebunan*.
- Widhyasari, L. M., Putri, N. D., dan Parwati, P. A. (2017). Penentuan Kadar Karbohidrat Pada Nasi Putih Dalam Proses Pemanasan Rice Cooker Dengan Variasi Waktu. *balimedikajurnal*.
- Widyastari, H., dan Setiowati, A. (2015). Pengaruh Status Gizi, Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Terhadap Vo2 Maks. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Wulandari, R. T., Widyastuti, N., dan Ardiaria, M. (2018). Perbedaan Pemberian Pisang Raja Dan Pisang Ambon Terhadap Vo2max Pada Remaja Di Sekolah Sepak Bola. *Journal Of Nutrition Collage*.
- Yosra dan Adi, P.(2013). Skripsi Pengaruh Cara Pemasakan Beras Ketan Hitam (*Oryza sativa glutinosa*) Dan Penambahan Jahe Terhadap Karakteristik Sari Ketan Hitam Sebagai Minuman Fungsional. *Universitas Andalas*.
- Zulaekah, S., Indarto, P., Khusmalinda, T. H., dan Hapsari, T. R. (2019). Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro Atlet Bulutangkis Di Persatuan Bulutangkis Kabupaten Kudus. *The 9th Urecol*.