

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ambardini, R., L. 2013. Peningkatan Perilaku Pola Makan Sehat bagi Atlet Angkat Besi di Padepokan Gajah Lampung. *Jurnal Iptek Olahraga*, 15 (2): 179 – 191.
- Ardiyaningrum, I., Budiastuti, S., & Komariah. 2020. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan terhadap Sikap Masyarakat dalam Konservasi Lahan Kering di Kecamatan Selo. Seminar Nasional Pendidikan Biologi dan Saintek (SNPBS) ke-V.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astadi, N., G., A., S. 2015. *Tingkat Konsumsi Energi Protein dan Status Gizi Vegetarian di Asram Sri Radha Gopisvara Madhava Banyuning Singaraja Bali*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2014. *Survey Diet Total: Survey Konsumsi Makanan Individu Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi.
- Cahyaningsih, I., Wiedyaningsih, C., & Kristina, S., I. 2013. Pengaruh Penyuluhan terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Analgetik di Kecamatan Cangkringan Sleman. *Mutiara Medika*, 13 (2): 98-104.
- Edwarsyah. 2016. Pengaruh Latihan Front Squat terhadap Kekuatan Otot Tungkai Atlet Angkat Besi Kota Padang. *Jurnal Menssana*, 1 (1): 86 – 96.
- Edwarsyah, Syampurma, H., & Yulifri. 2018. Kontribusi Kekuatan Otot Lengan terhadap Hasil Teknik Angkatan Snatch Atlet Angkat Besi di Sasana Hbt (Himpunan Bersatu Teguh) Padang. *Jurnal Menssana*, 3 (1): 10 – 17.
- Fadillah, M., Yulastri, A., & Fridayati, L. *Hubungan Pengetahuan dengan Kecukupan Gizi Mahasiswa Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Konsentrasi Tata Boga*. Artikel Skripsi. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Festiawan, R., & Arovah, N., I. 2020. Pengembangan “Buku Saku Pintar Gizi” untuk Siswa: Alternatif Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Olahraga. *PAJU: Physical Activity Journal*, 1 (2): 188 – 201.
- Gibson, R., S. 2005. *Principles of Nutritional Assessment*. New York. Oxford University Press Inc.
- Hartono, D. 2016. *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Psikologi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Irianto, C. Asupan Energi, Protein, dan Stamina Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kesehatan Prima*, 11 (1): 28 – 35.
- Jayanti, Y., D., & Novananda, N., E. 2017. Hubungan Pengetahuan tentang Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas XI Akuntansi 2 (di SMK PGRI 2 Kota Kediri). *Jurnal Kebidanan Dharma Husada*, 6 (2): 10 – 108.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pedoman Gizi Olahraga Prestasi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. *Buku Pintar Gizi bagi Atlet*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Muharam, R., R., Damayanti, I., & Ruhayati, Y. 2019. Hubungan Antara Pola Makan dan Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Atlet Dayung. *Journal of Sport Science and Education*, 4 (1): 14 – 20.

- Putri, T., N. 2017. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi Olahraga, Frekuensi Minum Minuman Isotonik, Kebugaran Jasani, dan Status Gizi pada Atlet Sepakbola di Divisi Utama Persatuan Sepakbola Langkat (PSL) Bapor Pertamina Pangkalan Susu Tahun 2017*. Skripsi tidak diterbitkan. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Riduwan. 2003. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rowahani, M. 2012. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang terhadap Status Gizi Lansia di Kelurahan Jelambar Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat Tahun 2011. Skripsi tidak diterbitkan. Depok: Universitas Indonesia.
- Santoso, M. 2016. *Survei Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi, dan Tingkat Kecukupan Gizi Atlet Sepak Bola dan Sepak Takraw PPLP Jawa Tengah Tahun 2016*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Setiyawan. 2017. Kepribadian Atlet dan Non Atlet. *Jendela Olahraga*, 2 (1): 110 – 119.
- Shabila, A., P. 2020. *Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Media “Piring Makan Atlet” terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Atlet Cabang Olahraga Bela Diri Puslatda DIY*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Sukraniti, D., P., Taufiqurrahman, & Setyobudi, S., I. 2018. *Bahan Ajar Gizi: Konseling Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Surahman, Rachmat, M., & Supardi, S. 2016. *Modul Bahan Ajar Cetak Farmasi: Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kemeterian Kesehatan RI.
- Susanti, R., Sofiyatin, R., Abdi, L., K., & Suranadi, L. 2018. Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Media Buku Saku dengan Metode Ceramah terhadap Pengetahuan Gizi Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) di Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2018. *Jurnal Gizi Prima*, 3 (2): 93 – 99.
- Tarawan, V., M., Goenawan, H., Gunadi, J., W., & Lesmana, R. 2020. Hubungan Antara Pola Konsumsi dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang pada Warga Desa Cimenyan. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4 (2): 57 – 59.
- Wiguna, I., B. 2021. *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik*. Depok: Rajawali Pers.
- Yaumi, M. 2018. *Media dan Teknologi Pembelajaran*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Zuchdi, D. 1995. Pembentukan Sikap. *Cakrawala Pendidikan*, (3): 51 – 63.