

DAFTAR PUSTAKA

- Arie. S. Sutopo dan Alma Permata Lestari W, *Buku Penuntun Pratikum Ilmu Faal* Jakarta : FIK UNJ 2001.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan RI, 2007.
- Brian J. Sharkew, *Kebugaran dan Kesehatan* Jakarta : Raja Grafindo, 2003.
- Djoko Pekik Irianto, *Panduan Gizi Lengkap Keluarga Dan Olahragawan* Yogyakarta: Andi Offset, 2007.
- Dawn B. Marks et. al, *Biokimia Kedokteran Dasar* Jakarta : EDC, 2000.
- Johansyah Lubis, *Panduan Praktis Penyusun Program Latihan* Jakarta : PT Rajagrafindo Persada, 2013.
- Lee Kyong Myong, *The Book Of Theaching and Learning Taekwondo* Seol: World Taekwondo Federation and Jungdam Media, 2007.
- Nancy Clark, *Petunjuk Gizi Untuk Semua Cabang Olahraga* Jakarta Utara, 2001.
- Riset Kesehatan Dasar, *Pedoman Pengukuran dan Pemeriksaan* Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Depertemen Kesehatan RI, 2007.
- Sunita Almatsier, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi* Jakarta, 2003.
- Soeditama, Achmad Djaeni, *Ilmu Gizi* Jakarta : Dian Pustaka, 1987.
- Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan* Yogyakarta : PT. Bumi Aksara, 2003.
- Supardi, *Apikasi Statistika dalam Penelitian Konsep Statistika yang Lebih Konferensif* Jakarta : Change Publication, 2013.
- Oman Karmana, *Biologi Untuk Kelas XI Semester 1* Jakarta : Grafindo Pratama, 2006.
- Wiliam, Ganong, *Buku Ajaran Fisiologi Kedokteran* Jakarta, 2003.
- Widaninggar W, dkk, *Ketahuiilah Tingkat Kesegaran Jasman Anda*, Jakarta : Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani, 2002.
- Widiastuti, *Tes dan Pengukuran Olahraga* Jakarta : Bumi Timur Jaya, 2011.

<http://www.tropicanaslim.com/all-about-fat/> .Diakses pada 8 oktober 2015 pukul 20.07 WIB.

<http://www.sarjanaku.com/> .Diakses pada 9 Oktober 2015 pukul 20.06 WIB.

[Https://apchagi.wordpress.com/tag/kelas-tanding-taekwondo/](https://apchagi.wordpress.com/tag/kelas-tanding-taekwondo/). Diakses pada tanggal 29 Februari 2016 pukul 20.14 WIB.

<http://id.wikipedia.org/wiki/Taekwondo> diakses pada pada tanggal 17 Maret 2016 pukul 09.40 WIB.

<http://Dehidrasi.penurunan berat badan.com>. Diakses pada 23 mei 2016 pukul 20.29 WIB.

Informasi taekwondo.blogspot.com. Diakses pada 8 oktober 2015 pukul 20.12 WIB.