

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier, Sunita, 2004 *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, (Jakarta : PN Gramedia Pustaka Utama)

Arikunto, Suharsimi, 2013 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, Cetakan 15)

Brick, Lynn, 2001, *Bugar Dengan Senam Aerobic*, (Jakarta : PT Rajagrafindo Persada)

Budiarto, 2004, *Metode Penelitian Kedokteran* (Jakarta : EGC)

Clark, Nancy, 2001, *Petunjuk Gizi Untuk Setiap Cabang Olahraga*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada)

Fakultas Kesehatan Masyarakat Indonesia, 2012, *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, (Jakarta : PT.Rajagrafindo Persada)

Fondy, tommy, 2015, *Sport Massage Panduan Praktis Merawat dan Mereposisi Cedera* (Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama)

Gulo, Wiliam, 2010 *Metode Penelitian* (Jakarta : PT. Grafindo)

Jauhari, Mansur, 2011 *Buku Ajar Ilmu Gizi FIK Universitas Negeri Jakarta*

Kamus Lengkap Bahasa Indonesia, Lintas Media Jombang

Kravits, Len, 1997, *Panduan Lengkap Bugar Total*, (Jakarta : PT RajaGrafindo Persada)

Mitaryani, Wiwi, 2010, *Buku Saku Ilmu Gizi* (Jakarta : CV Trans Info Media)

Rini, Ayu, 2015, *Rahasia Tubuh Langsing Ideal* (Jakarta : PT Elex Media Komputindo)

Sukardi, 2003, *Metodologi Penelitian Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Prakteknya* (Yogyakarta : PT Bumi Aksara, Cetakan 1)

Sumardi, Suryabrata, 2014, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta : Rajawali Pers, Edisi II)

Tudor O, Bempa, *Theory And Methodology of Training*, Terjemahan Matakuliah Pengembangan Metodologi Latihan

Wibowo, Hardianto, 2007, *Pencegahan dan Penatalaksanaan Cedera Olahraga*, (Jakarta : Buku Kedokteran)

[Http:// KamusBahasaIndonesia.org/diet](http://KamusBahasaIndonesia.org/diet) (diakses tanggal 12 April 2017)

[http://www.zonapelatih.net/2015/pengertian pelatih](http://www.zonapelatih.net/2015/pengertian_pelatih) (diakses tanggal 12 April 2017)

<http://ian43.wordpress.com/pengertian-pemahaman> (diakses tanggal 5 April 2017)