

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini Utari, Heyward V, S. L. (2007). Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Anak Usia 12-14 Tahun. Doctoral Dissertation, Program Pascasarjana Universitas Diponegoro. <http://eprints.undip.ac.id/16285/>
- Arikounto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cavia, M. M.-T. (2019). Anthropometric characteristics and somatotype of professional soccer players by position. *Journal sports, Medicine, and Therapy*.
- Corbin, C., & Lindsey, R. (1997). *Concepts of Physical Fitness with Laboratories*. Times Mirror Higher Education Group, Inc.
- Devy Amelia, R. H. (2017). Faktor- faktor yang berhubungan dengan kebugaran jasmani pada remaja siswa kelas XI SMK negeri 11 semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Dewi, Fadilah Kusuma , Sumekar, Ayu, T., & H. (2015). Pengaruh Latihan Zumba Terhadap Persentase Lemak Tubuh Pada Wanita Usia Muda.
- Faruk, Mohammad, A. S. N. (2021). *Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang*. Angewandte Chemie International Edition)
- Gallagher, D., Heymsfield, S. B., Heo, M., Jebb, S. A., Murgatroyd, P. R., & Sakamoto, Y. (2015). Healthy percentage body fat ranges: An approach for developing guidelines based on body mass index. *American Journal of Clinical Nutrition*, (3), 699. <https://doi.org/10.1093/ajcn/72.3>.
- Henjilito, R. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa di SMAN 1 Bangkinang Kabupaten Kapmar. *Jurnal Penjakora* <https://doi.org/.1037//0033-2909.I26.1>.
- Gibson, R. s. (2005). *Principles of nutritional assessment* . New York: Oxford University Press.
- Hadi, S. (2001). *Metodologi Research Jilid III*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hoeger, Werner, W., & Sharon, A. (1996). *Fitness and Wellnes*. Colorado, USA : Morton Publishing Company.

- I Gusti Putu Ngurah Adi Santika, S.Pd., M. F. (2016). Pengukuran Tingkat Kadar Lemak Tubuh Melalui Jogging Selama 30 Menit Mahasiswa Putra Semester iv FPOK IKIP PGRI Bali Tahun 2016. *Revista Brasileira de Ergonomia*, 3(2).
<https://www.infodesign.org.br/infodesign/article/view/355><http://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/731><http://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/269><http://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/106>
- Ihda Nur Kasyifa. (2018). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Remaja. *Medical Technology and Public Health Journal* 9,.
- Irianto, D. (2004). *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: ANDI Offset.
- Kuswahyudi. (n.d.). Modul Kebugaran.
- Larasati, M. D., & Yuliana, S. (2020). Asupan Makanan, Status Gizi Dan Ketahanan Kardiorespirasi Atlet Renang. *Jurnal Riset Gizi*, 8(1).
<https://doi.org/10.31983/jrg.v8i1.5763>
- Listiarini, D. (2021). Efek konsumsi kafein dan , senam , aerobik , terhadap indeks , massa tubuh, , persentase , lemak , tubuh dan kadar kolesterol darah , pada perempuan. *Jurnal Keperawatan*.
- Moinuddin1, I. K., , Eileen G. Collins2, 3, H. J. K., & Leehey5, D. J. (2019). Role of exercise in the management of obesity. *Obesity in the Dog and Cat*, 2(2), 121–131. <https://doi.org/10.1201/9781315151625-7>
- Murbawani, E. A. (2017). Hubungan Persen Lemak Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Remaja Putri. *Journal of Nutrition and Health*, 5(2),
- Muthouwali, A. N., Riyadi, M. A., & Prakoso, T. (2017). Rancang Bangun Alat Pengukur Persentase Lemak Tubuh Dengan Metode Whole Body Measurement Bioelectrical Impedance Analysis (Bia) Empat Elektroda Dengan Saklar Otomatis Berbasis Mikrokontroler ATMEGA 32. *Transmisi: Jurnal Ilmiah Teknik Elektro*, 19(2), 3.
<https://ejournal.undip.ac.id/index.php/transmisi/article/view/15389>
- Neola Amanda MZ, K. N. (2015). Pengaruh Status Nutrisi Terhadap Kebugaran Fisik Atlet Karate di Bandar Lampung. *J Majority*
- Nosa, S. &. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Olahraga Prestasi*.
- Putri, L. N. P. (2019). Pengaruh Kombinasi High Intensity Interval Training Dan

Resistance Training Terhadap Penurunan Persentase Lemak Tubuh Pada Mahasiswi Di Gontor Putri Kampus Lima Kediri. 1–64.

Soetijingsih. 2007. Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya. Cv. Agung Seto. Jakarta

Susanto, D. A. (2016). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Bola Voli Putri Universitas Pgrri Banyuwangi . Jurnal Kejaora,

Sugiarto. (2012). Hubungan Asupan Energi, Protein Dan Suplemen Dengan Tingkat Kebugaran. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 2(2),

Suharjana, F. (2008). Kebugaran Jasmani Mahasiswa D Ii Pgsd Penjas Fik Uny. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 5(2),
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/457/pdf>

Tendean, B. A., Pangemanan, D. H. C., & Sapulete, I. M. (2018). Perbandingan Persentase Lemak Tubuh Sebelum Dan Setelah Melakukan Senam Zumba Pada Wanita Dewasa. Jurnal E-Biomedik, 6(2).
<https://doi.org/10.35790/ebm.6.2.2018.22110>

Teresa, S. (2017). Hubungan Body Mass Index Dan Persentase Lemak Tubuh Dengan Volume Oksigen Maximal Pada Dewasa Muda. Komposisi Tubuh, 4(1).

Utomo, G. T., Junaidi, S., & Rahayu, S. (2012). Latihan Senam Aerobik Untuk Menurunkan Berat Badan, Lemak, Dan Kolesterol. Jssf (Journal Of Sport Science And Fitness), 1(1),

Utari, A. (2007, July). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Anak Usia 12-14 Tahun.

Wahlqvist, M. L. (1997). Food And Nutrition Australasia, Asia And The Pacific . Hongkong: Allen And Unwin.

Winarto, G. (2015). Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan Dan Kebugaran. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wita Rizki Amelia, F. (2009). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dan Faktor-Faktor Lain Dengan Status Lemak Tubuh Pada Pramusaji Di Pelayanan Gizi Unit Rawat Inap Terpadu Gedung A Rsupn Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta. Journal Of Nutrition Education, 12(1).
[https://doi.org/10.1016/S0022-3182\(80\)80302-5](https://doi.org/10.1016/S0022-3182(80)80302-5)