

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M dan Bambang, W. 2012. *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Amalia, Yunia Rahmawati. 2020. Hubungan Asupan Energi, Protein, Zat Besi dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Hemoglobin Tenaga Kerja Wanita di Pabrik Pengolahan Rambut PT. Won Jin Indonesia. (July): 1–23.
- Alamsyah, DAN., Hestiningasih R., dan Saraswati LD. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebugaran jasmani pada remaja siswa kelas XI SMK negeri 11 semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2017;5(3):77–86.
- Alghozi, FZ. 2021. *Hubungan antara aktivitas fisik dengan kebugaran jasmani peserta didik kelas atas di sekolah dasar negeri tambakrejo tempel kabupaten Sleman*. Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi.
- Ardy Paramitha. 2008. “Efektivitas Instrumen Tes Pengukuran Nilai Konsumsi Oksigen Maksimal (VO₂ Maks) Untuk Siswa SMA (Studi Kasus Di SMA PGRI 01 Kendal).” : 72.
- Arif, Syaiful, and Pudjijuniarto. 2017. “Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) Dengan Kebugaran Jasmani Pada Tim Sepakbola Putra Usia 18 Tahun Elfaza FC Surabaya.” *Jurnal Kesehatan Olahraga* 5(3): 25–32.
- Arisman. 2002. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC : Jakarta.
- B, Bahrul. 2020. “Hubungan Kadar Hemoglobin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan VO₂MAX Pada Atlet Futsal SMA NEGERI 2 SINJAI.” Universitas Negeri Makassar.
- Bakar, Ryan Abu. 2017. *Manajemen Pendakian Gunung Indonesia*. Bandung: Alfabeta.
- Bakta, I Made. 2006. 2 Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam *Pendekatan Terhadap Pasien Anemia*. Edisi IV. Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

- Baldy CM. *Sel Darah Merah dalam Patofisiologi Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Jakarta: EGC; 2001;256-7.
- Cairo, G., F Bernuzzi, and S Recalti. 2006. "A Precious Metal: Iron, an Essential Nutrient for All Cells." *Genes & Nutrition* 1: 25–40.
- Cendani C, Murbawani EA. Asupan mikronutrien, kadar hemoglobin dan kesegaran jasmani remaja putri. *Media Med Indonesia* 2011;45(1): 26-33.
- Curis, C. 2013. *Iron Supplementation in Nutritional Programs: Pathophysiological Basis and Correlation with Health in Developing Countries*. United State of America: Vio Sciences Master Review.
- Dartini, Ni Putu D.S, I Gede Suwiwa, and Luh PSpyanawati. 2017. "Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V Sekolah Dasar Gugus VI Kecamatan Sukasada." *Journal of Chemical Information and Modeling* 4(1): 27–37. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/11751/7511>.
- Departemen Kesehatan RI 2009. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2008*. Jakarta: Depkes RI.
- Fitriany, Julia, and Amelia Intan Saputri. 2018. "Anemia Defisiensi Besi". *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4(1202005126): 1–30.
- Ganz, T. 2013. "Systemic Iron Homeostatis." *Journal Physiology Review* 93: 4.
- Giriwijoyo, S, and D.Z Sidik. 2013. "Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga Untuk Kesehatan Dan Prestasi." *Bandung: Remaja Rosdakar*.
- Giriwijoyo, Santoso, and Didik Zafar Sidik. 2013a. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga Untuk Kesehatan Dan Prestasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- . 2013b. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hardinsyah. 2010. *Angka Kecukupan Energi, Protein, Lemak dan Serat Makanan*. Prosiding Widyakarya Pangan dan Gizi VIII: Jakarta.
- Harjatmo, Titus Priyo, Holi M. Par'i, and Sugeng Wiyono. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Hasanan, Fadriatul. 2018. *"Hubungan Kadar Homoglobin Dengan Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Atletik FIK Universitas Negeri Makassar."* Jurnal Olahraga dan Kesehatan: 7–8.
- Ilahi, K. (2019). Pemberian Jus Kurlapa dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri yang Anemia di MA Al-Mu'aawanah Ogan Ilir. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang* (Vol. 14, Issue 1).
- Irianto, P. 2017. *Pedoman Gizi Lengkap dan Olahragawan*. Yogyakarta : CV. Andi Offset.
- Iryanti, Ninda Puji, Rustiningsih, and Wahyuni. 2015. *"Hubungan Status Gizi Dan Kejadian Anemia Dengan Kesegaran Jasmani Pada Remaja Putri Kelas X Dan XI Di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta."* Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Julaecha, J. (2020). Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 109.
- Junaidi, S. 2011. *"Pembinaan Fisik Lansia Melalui Aktivitas Olahraga Jalan Kaki."* Media Ilmu Keolahragaan Indonesia 1: 17–21.
- Junaidi, Said. 2011. *"Pembinaan Fisik Lansia Melalui Aktivitas Olahraga Jalan Kaki."* Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia 1(1): 17–21. <http://journal.unnes.ac.id>.
- Kaimudin, N. I., Lestari, H., & Afa, J. R. (2017). *Skrining Dan Determinan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Sma Negeri 3 Kendari Tahun 2017*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 2(6), 185793.
- Kasyifa, Ihda Nur, Mohammad Zen Rahfiludin, and Surto. 2018. *"Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Remaja."* Journal Medical Technology and Public Health Volume 2.
- Kavcic, Iztok. 2012. *Comparative Study of Measured and Predicted Vo2max during a Multi-Stage Fitness Test with Junior Soccer Players*. Kinesiology.

- Kemenkes. 2014. *"Survey Konsumsi Pangan Individu."* Kementrian Kesehatan RI: 161.
- Kemenkes RI. 2013. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia.
- . 2014. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI 2014.
- . 2022. Pusdatin.Kemenkes.Go.Id Profil Kesehatan Indonesia.<https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>.
- Kementrian Kesehatan RI. 2014a. *"Profil Kesehatan Indonesia."* di Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2014.
- . 2014b. Kementrian Kesehatan RI Survey Konsumsi Pangan Individu.
- Kemenkes RI. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia pada Rematri dan WUS*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kirey, A. P., Kusnaedi, K., Hidayat, Y., Muda, I., Wijaya, M. S., Yulianto, A. G., & Sofyan, D. (2024). Analysis of Physical Activity Levels, Economic Status and Depression in People with Diabetes Mellitus in Bandung City. *Indonesian Journal of Sport Management*, 4(4).
- Kusuma, Meishanda Ilyas. 2014. *"Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama Terbuka 1 Pasir Jambu Kabupaten Bandung Ditinjau Dari Aktivitas, Gizi Dan Kadar Hemoglobin."* Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mahastuti, Fannisa., Zen Rahfiludin., dan Suroto. 2018. *Hubungan Tingkat Kecukupan Gizi Aktivitas Fisik dan Kadar Hemoglobin dengan Kebugaran Jasmani (Studi pada Atlet Basket di Universitas Negeri Semarang)*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 6, Nomor 1, Januari 2018.
- Maretdiyani. 2013. *Perbedaan Kadar Hemoglobin Pada Pasien Persalinan Normal Dan Setelah Mendapat Perawatan Pengobatan Di RSUD Banyumas*. Universitas Negeri Muhammadiyah Semarang.

- Muhayati, A., dan Ratnawati, D. (2019). *Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri*.
- Mustamin & Rauf, S. 2021. *Penilaian Status Gizi Metode Penilaian Status Gizi*. (Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).
- Muthi'ah, Siti Fatimatul, Diyah Candra, dan Edy Suprayitno. 2017. "*Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kebugaran Fisik Pada Santriwati Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta*." Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Aisyiyah Yogyakarta: 1–8.
- Muwakhidah, M. 2009. *Efek Suplementasi Fe, Asam Folat Dan Vitamin B12 Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Pekerja Wanita (Di Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Diponegoro.
- Nova, Maria dan Rahmita Yanti. 2018. *Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Siswa MTs.S An-Nur Kota Padang*. Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal) Volume 5 Nomor 2 Tahun 2018.
- Novitasari, Suci, Endang Nur W, S., Erna H, S.K. 2014. *Hubungan Tingkat Asupan Protein, Zat Besi, Vitamin C Dan Seng Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Sma Batik 1 Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Nurrochmah, S. 2014. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Keolahragaan*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Nurrochmah, Siti. 2016. *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani & Keolahragaan*.
- Pasaribu, Ahmad Muchlisin Natas. 2020. *Tes dan Pengukuran Olahraga Modul Guru Pembelajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*.
- Pretty, Aulia, and Muwakhidah Muwakhidah. 2017. "*Hubungan Asupan Zat Besi Dan Kadar Hemoglobin Dengan Kesegaran Jasmani Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Polokarto Kabupaten Sukoharjo*." Seminar Nasional Gizi: 179– 87.

- Purnayanti, Ni Made Sintya., I Wayan Ambartana., dan Desak Putu Sukraniti. Tingkat Konsumsi Vitamin C, Zat Besi, dan Status Gizi dengan Kebugaran Jasmani Anggota Klub Basket. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, Vol 9 ; No 1.
- Purwanti, Sugi, and Inke Puspita Maris. 2012. “Perbandingan Hasil Pemeriksaan Hb Ibu Hamil Menggunakan Hb Sahli Dan Easy Touch Ghb Di Bps Sulis Desa Grinting Kabupaten Brebes Tahun 2011.” *Jurnal Kesmasindo* 5(1): 65–74.
- Rachmayanti, H., Endayani, D., Maulida, N. R., Muhammadiyah, U., Hamka, P., Limau, J., Kota, I. (2021) 'Analisis kelompok makanan dietary diversity score (DDS) pada remaja usia 10-19 tahun', *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(September), 16–30.
- R. Gandasoebrata. 2013. *Penuntun Laboratorium Klinik*. Jakarta: EGC.
- Ramadhana, M. Miftahul Laili, and Junaidi Budi Prihanto. 2018. “Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Di SMA Negeri Plandaan Jombang.” *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 4(2): 467–71.
<http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Rosdiana, Anita, Johaidah Mistar, and Myrza Akbari. 2021. “Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Bola Voli Putri Klub Tabina Kota Langsa.” *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra* 4(1): 16–25.
<https://ejurnalunsam.id/index.php/jors/article/view/3905/2600>.
- Ruiz, J. 2015. “Cardiorespiratory Fitness and Ideal Cardiovascular Health in European Adolescents.” *British Cardiac Society* 101: 766–73.
- Ryan Abu Bakar. 2017. “Manajemen Pendakian Gunung Indonesia.” Bandung : Alfabeta.
- Safitri., & Julaecha. (2021). Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan Konsumsi Buah Kurma Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri. *Jurnal Endurance*, 6(1), 1–8.

- Safitri I, Wirjatmadi RB. Faktor Risiko Kesegaran Jasmani Siswi 1 SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo. *Media Gizi Indones*. 2020;15(2): 73- 78.
- Sari, Puspa., Dini Ismi Azizah., Lani Gumilang., Raden Tina Dewi Judistiani., dan Aryati Mandiri. 2019. Asupan Zat Besi, Asam Folat, dan Vitamin C pada Remaja Putri di Daerah Jatinangor. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, Vol. 4 No. 4 (November 2019).
- Sirajuddin. 2018. *Survey Konsumsi Pangan*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Kememnkkes RI.
- Sudiana, I Ketut. 2014. “Peran Kebugaran Jasmani Bagi Tubuh.” Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA IV:389-398.<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/download/10507/6718>.
- Supariasa, I Dewa Nyoman. 2016. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suyastiri, N. M. 2008. “Difersifikasi Konsumsi Pangan Pokok Berbasis Potensi Lokal Dalam Mewujudkan Ketahanan Pangan Rumah Tangga Di Pedesaan Gunung Kidul.” *Jurnal Ekonomi Pembangunan* 13(1): 51–60.
- Trisnawati, I. 2014. Hubungan Asupan Fe, Zink, Vitamin C dan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Siswi di SMP Negeri 4 Batang. *Skripsi*. Program Studi Ilmu Gizi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah. Surakarta.
- Utari, L. D., Ernalia, Y., & Suyanto, S. (2016). *Gambaran Status Gizi dan Asupan Zat Gizi pada Siswa Sekolah Dasar Kecamatan Sungai Sembilan Kota Dumai*. Riau University.
- Utomo, Surtiyo, and Suwandi. 2008. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan 3*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utomo, Sutriyo, and Suwandi. 2008. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan 3 SMP/MTs Kelas IX*.
- Wahyuni, A. N., dkk. (2023). Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan dan Penanganan Anemia pada Siswi di MTS Al-Munawwar. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 1–8.

- Wiarto, Giri. 2013. *Fisiologi Dan Olahraga*. Edisi Pert. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- . 2013. “Survey Konsumsi Pangan Individu.” *Kementrian Kesehatan RI* 4(1):17-21.
<https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>.
- Winarno. 2006. *Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, FIP Univ. Negeri Malang.
- Yuslaili, Nur; Kuswari, Mury; Sitoayu, Laras. 2020. “*Asupan Zat Besi , Kadar Hb, Dan Kebugaran Jasmani Pada Remaja Vegetarian Di Pusdiklat Buddhis Maitreyawira Iron Intake , Hb Levels , and Physical Fitness for Vegetarian Adolescents at the Maitreyawira Buddhist Training Center.*” *Physical Activity Journal* 2