

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, M. F., & Wahyudin, A. Pengaruh Pemberian Gula Merah Sebelum Latihan Terhadap Daya Tahan Pada Atlet Sepakbola SMA NEGERI Keberbakatan Provinsi Sulawesi Selatan.
- Akbar, M. Y. (2014). Kemampuan Daya Tahan Anaerobik Dandaya Tahan Aerobik Pemain Hoki Putrauniversitas Negeri YOGYAKARTA. *Medikora*, (1).
- Alfiyana, L., & Murbawani, E. A. (2012). Pengaruh pemberian air kelapa terhadap kebugaran atlet sepak bola (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Ardiana, E. Pengaruh Pemberian Air Gula Merah Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Bola Volly SMA NEGERI 26 BONE.
- Asih, M. D. A. Pengukuran Kadar Sukrosa Nira Kelapa Pada Berbagai Umur Tanaman (Doctoral dissertation, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam).
- Bayu Rianto, A. (2019). Sistem Cerdas Mendeteksi Kualitas Gula Merah Menggunakan Metode Nearest Mean Classifier (NMC). *SELODANG MAYANG*, 5(3), 149-149.
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). pada Pemain SSB Pelangi U17 Tahun 2015 (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Dahlan, M.S., 2011 *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*, Salemba, Jakarta.
- Fadil Ulum, m. o. h. a. m. m. a. d. (2014). Pengaruh Latihan Interval Pendek Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik Pada Pemain Hoki SMA NEGERI 16 SURABAYA. *Jurnal kesehatan olahraga*, 2(1).
- Fenanlampir, A, & Faruq, M,M., 2015, *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*, Andi Offest, Yogyakarta.
- Febriyanti, N. K., Adiputra, I. N., & Sutadarma, I. W. G. (2015). Hubungan indeks massa tubuh dan aktivitas fisik terhadap daya tahan kardiovaskular pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Erepo Unud*, 831, 1-14.
- Harsono, (2018), *Latihan Kondisi Fisik, Remaja Rosdakarya*, Bandung.
- Hasibuan, R. H. (2013). Kontribusi energi 50 gram gula merah terhadap daya tahan pada pemain sepak bola Sejati Pratama Medan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(1),35-40

- Indrayana, B, 2012, 'Perbedaan Pengaruh Latihan Interval Training dan Fartlek terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler pada Atlet Junior Putra Taekwondo Wild Club Medan 2006/2007', *Jurnal Cerdas Sifa, Edisi No 1*.
- Jarkasih, I., & Fardi, A. (2020). Pengaruh Pemberian Gula Aren Dalam Latihan Daya Tahan terhadap Kapasitas VO2 Max SSB Tan Malaka. *Jurnal Patriot*, 3(1), 301-314.
- Khairuddin, K. (2017). Olahraga dalam Pandangan Islam. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 1(1), 1-14.
- Krisnawati, Dyah, Pradigdo, S., F., Kartini, A., 2011, Efek Cairan Rehidrasi terhadap Denyut Nadi, Tekanan Darah dan Lama Periode Pemulihan, *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 1. Edisi 2, Universitas Negeri Semarang.
- Ma'ruf, U., & Herwin, M. P. (2019). Perbedaan Multistage Fitnes Test, Balke Test, dan Harvard Test Terhadap VO2Max Pemain Ssepakbola PS Sinar Mataram The Difference Between Multistage Fitness Test, Balke Test, and Harvard Test To The VO2Max Of Soccer Player PS Sinar Mataram Oleh. *Pend. Kepelatihan Olahraga-S1*, 8(8).Nala, 2011, Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga, UNUD, Denpasar.
- Mihardja, L, 2004, 'Sistem Energi dan Zat Gizi yang Diperlukan pada Olahraga Aerobik dan Anaerobik'. *Kedokteran Universitas Indonesia*, *Majalah Gizi*, 1-13.
- Nasution, I.J. (2018). kontribusi gula merah terhadap peningkatan daya tahan pada pemain sepak bola sampali fc kecamatan percut sei tuan kabupaten deli serdang (Doctoral dissertation, UNIMED).
- Nala, 2011, Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga, UNUD, Denpasar.
- Nosa, Agung S ., 2013, Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang, Surabaya, UNESA.
- Nugroho, S. (2008). Peran Nutrisi Bagi Olahragawan. *Medikora*, (1).
- Nugroho, S, 2007, 'Pengaruh Latihan Sirkuit (sirkuit training) Terhadap Daya Tahan Aerobik (vo2max) Mahasiswa PKO Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nugroho, S. A. (2017). Tingkat Kemampuan Daya Tahan Kardiorespirasi Ssiswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP NEGERI 1 NGAGLIK KABUPATEN SLEMAN Tahun Ajaran 2017/2018. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(12).
- Orysatvyanto, W. G. (2013). *Manajemen Pembinaan Olahraga Sepakbola di Klub PSIS SEMARANG* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang)

- Pinem, S. (2013). *Kontribusi Energi 50 Gram Gula Merah Terhadap Daya Tahan Pada Pemain Sepakbola SMA Negeri 1 Juhar* (Doctoral dissertation, UNIMED)
- Pratama, F., Susanto, W. H., & Purwantiningrum, I. (2014). Pembuatan Gula Kelapa Dari Nira Terfermentasi Alami (Kajian Pengaruh Konsentrasi Anti Inversi dan Natrium Metabisulfit)[IN PRESS SEPTEMBER 2015]. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 3(4).
- Sakti, M.H., 2015, Pemanfaatan Energi dalam Olahraga, FK UII.
- Sandi, I. N., 2016. Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Frekuensi Denyut Nadi, *Sport and Fitness Journal* Volume 4, No.2.
- Santika, I.G., 2015, Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester Ii Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2014, *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* Volume 1 : Hal. 42 – 47.
- Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiono, A. A. (2014). Kebugaran jasmani siswa pendidikan dasar dan menengah di Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 20(2), 223-233.
- Suryanto, B. Pengaruh Latihan Interval dan Latihan Fartlek Terhadap Peningkatan O₂max Pada Atlet Futsal Ps. Himalaya.
- Tanuwijaya, R. R., Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2017). Pengaruh Pemberian Air Gula Merah Terhadap Kebugaran Jasmani. *Jurnal Gizi*, 6(2)..
- Uny, A. U. T. Pembuktian validitas, reliabilitas, dan relevansi instrumen” harvard step test” untuk pengukuran daya tahan kardiorespirasi.
- Wibisono, A. R. (2017). Optimalisasi Bahan Baku dan Kapasitas Kerja Alat Granulator Pada Proses Pembuatan Gula Semut Aren (Studi Kasus Kelompok Pengrajin Gula Aren WAN ABDURAHMAN SUMBER AGUNG KEMILING).
- Yustika, G. P. (2018). Peranan Karbohidrat dan Serat Pangan untuk Pemain Sepakbola. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(2), 49-56.
- Yusuf, H. (2018). Evaluasi Kebugaran Jasmani Melalui Harvard Step Testpada Mahasiswapjkr Tahun2016/2017 IKIP Budi Utomo. Jp. Jok (*Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*), 1(2), 1-13.