

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2009. “*Prinsip Dasar Ilmu Gizi* “. Jakarta. Gramedia Pustaka Umum.
- Adiyuwono. “ *Survival Teknik Bertahan Hidup di Alam Bebas* “. Bandung. Angkasa.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. “ *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* “. Jakarta. Rineka Cipta
- Ambarjaya, Beni S. 2010. “ *Aku Tahu Tentang Gunung* “. Solo. Tiga Serangkai Pustaka Mandiri
- Bayu Sastha, Harley. 2007. “ *Mountain Climbing For Every Body Panduan Mendaki Gunung* “. Jakarta. Mizan Media Utama.
- Damanik, Suryadi. 2012. “ *Ilmu Gizi Olahraga* “. Medan. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
- Erminawati. 2009. “ *Penjelajahan dan Olahraga Alam* “. Jakarta. Ricardo
- Istiany, Ari. 2013. “ *Gizi Terapan* “. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Ilmiati, Hafidatul. *Studi Pola Makan Dan Kecukupan Gizi Anggota Divisi Mahasiswa Pencinta Alam (DIMPA) Universitas Muhammadiyah Malang Pada Saat Mendaki Gunung*. Agroindustri 2006 – 05 – 08.
- Kadir, Hatib Abdul. 2003. “ *Mari Mendaki Gunung dari Leuser Sampai Cartenz* “. Yogyakarta : Andi Yogyakarta
- Kurniawan, Ehwan. 2004. “ *Panduan Mendaki Gunung Dalam Infografis* “. Jakarta. Tabloid Bola
- Lau, Edwin. 2009. “ *Healthy Express Super Sehat Dalam Dua Minggu*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Mountmag. 2012. “ *Indoneisan Mountain Magazine* “. [http://www. Mountmag. Com](http://www.Mountmag.Com) [diakses Oktober 2013].
- Madyapala. 2014. “ *Daya Tahan Tubuh Dalam Aktifitas Outdoor* “. <http://www.madyapalaUMB.com>
- Military Mountenering. 2012. “*Mountain Operations* “ Washington,DC

- Nugroho, jesa. *Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi, Pola Konsumsi dan Tingkat Kecukupan Gizi Pendaki Gunung di Taman Nasional Gunung Gede Pangrango*. Institut Pertanian Bogor 2009.
- Nugrahajati, Paulus. 2013. “ *Buku Pintar Petualangan Alam Liar* “. Yogyakarta : Andi
- Nazrul. 2007. “ *Buku Program Pendidikan Lanjutan Mapala Unimed* “. Medan : Mapala Unimed
- Riduwan, Akdon. 2010. “ *Rumus dan Data Dalam Analisis Statistika* “. Bandung. Alfabeta
- Suyatno. “ *Pengantar Ilmu Gizi Dasar* “. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Semarang
- Supraisa, I Dewa Nyoman. 2002. “ *Penilaian Status Gizi* “. Jakarta. Buku Kedokteran EGC
- Sudjana. 2005. “ *Metoda Statistika* “. Bandung. Tarsito
- Sudijono, Anas. 2009. “ *Pengantar Statistik Pendidikan* “. Jakarta. Raja Grafindo Persada
- Sudijono, Anas. 2011. “ *Pengantar Evaluasi Pendidikan* “. Jakarta. Raja Grafindo Persada
- Sajali. *Survey Kecukupan Gizi Atlet Atletik Nomor Lempar Pelatda PON Sumut Ke XVII Tahun 2012*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan. 2012.
- Surbakti, Sabar. *Asupan Bahan Makanan dan Gizi Bagi Atlet Renang*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan. 2010
- Sihombing, Hardodi. *Analisis Kecukupan Gizi Atlet Atletik Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga (PPLP) Sumatera Utara Tahun 2012*.
- Wastika, Rangga. 2011. “ *Sudirman Range Trails Lanskap Misterius Indonesia Timur* “. Bandung. Mahitala Unpar Mahasiswa Pencinta Alam Universitas Katolik Parahyangan. Gramedia Printing
- Warta Unair. 2013. “ *Indonesia Raya Menggema di Atas Gunung Iblis* “. <http://www.unair.ac.id>