

DAFTAR PUSTAKA

- Almuktabar, Neng Tine Kartinah. 2009. Fisiologi Kelelahan saat Dehidrasi: Perspektif Fisiologi Suatu Analisis Kelelahan Saat Dehidrasi. *Jurnal Iptek Olahraga*, Vol. 11, No. 2, hal. 94-108.
- Arovah, Novita Intan. 2009. *Massase dan Prestasi Atlet*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Astrand, P.D., Rodahl, K. 1986. *Texbook of Work Physiological Basic of Exercise*. New York: Mc.Graw Hill Brooks Company
- Amansyah. 2010. Pemulihan (RECOVERY) dalam olahraga. <http://syahaman.blogspot.com>. 14/5/2019.
- Bompa, T. O. 2009. *Periodization Training of Sport*. New York: Human Kinetics.
- Brumit, J. 2008. The Role of Massage in Sport Performance and Rehabilitation: Current Evidence and Future Direction. *Nort American Journal of Sport Physical Therapy*
- Dylan Shop. 2011. Pemulihan (RECOVERY) dalam Latihan Olahraga. <http://dedypradipta.blogspot.com>. 14/5/2019
- Eko Juli Fitrianto dan Syamsul Maarif, Pengaruh *Active Recovery* Terhadap Kadar Asam Laktat Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education* Vol. 4 Januari 2020
- Fatmah. 2011. *Gizi Kebugaran dan Olahraga*. Bandung: Lubuk Agung.
- Fox, E.L., Bowers, R.W. & Foss. M.L. 1993. *The Physiological Basis for Exercise and Sport (Fifth Edition)*. New York: Wm.C. Brown Communication Inc.
- Giriwijoyo, S. 2006. *Ilmu Faal Olahraga; Fungsi Tubuh Manusia Pada Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Guyton, A.C. & Hall, J.E. 1997. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Terjemahan oleh Irawati Setiawan, dkk. Jakarta: EGC.
- Hairy, J. 1989. *Fisiologi Olahraga Jilid I*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.

Harjanto. 2004. "Pemulihan Stress Oksidatif pada Latihan Olahraga." Jurnal Kedokteran Yarsi Vol.12No.3,hal.81-87.

Harsono. 1993. Prinsip-prinsip Pelatihan Fisik, Jakarta: KONI Pusat.

Kellmen, M. 2010. "Preventing Overtraining in Athletes in High-Intensity Sports and Stress/Recovery Monitoring." Scand J Med Sci Sports Vol. 20 (Suppl. 2), hal 95-102.

Soekarman, R. 1991. Energi dan Sistem Energi Predominan pada Olahraga. Jakarta: KONI Pusat.

Wishnu Hidayat, Sp. KO, Staf pengajar Program Studi Ilmu Kedokteran Olahraga FKUI, Jakarta.

