# DAFTAR PUSTAKA


Bompa. Tudor O. 1983. Theory And Methodology Of Training

Candra, A., dkk. 2016. *Pengaruh Latihan Aerobik Intensitas Ringan dan Sedang Terhadap Kelelahan Otot (muscle fatique) Atlet Sepakbola Aceh*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, Vol 3 (1): 333-339.

Candrawati, S. 2011. *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Pinggang Mahasiswa.* Jurnal Keperawatan Soediman, Vol 6 (2): 112-118.

Corwin, E. J. 2009. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.

Ferina R. 2016. *Pengaruh Pemberian Semangka Terhadap Denyut Nadi Pemulihan Setelah Melakukan Aktivitas Fisik Pada Siswa Paskibra SMAN4 Medan*. Skripsi. Medan: UNIMED

Fitri, Y, dkk. 2016. *Pengaruh Pemberian Aktifitas Fisik (aerobic exercise) Terhadap Tekanan Darah, IMT dan RLPP Pada Wanita Obesitas.* Jurnal AcTion, Vol 1 (2): 105-110.

Fitriani, C. L. N., dkk, 2012. *Penentuan Kadar Kalium (K) dan Kalsium (Ca) Dalam Labu Siam (Secbium Edule) Serta Pengaruh Tempat Tumbuhnya*. Jurnal Akad Kim, Vol 1 (4): 174-180..

G Sarifin. 2010. *Kontraksi Otot Dan Kelelahan*. Jurnal ILARA, Vol 1 (2):58-60.

Graha, A. S. 2010. *Adaptasi Suhu Tubuh Terhadap Latihan Dan Efek Cedera Di Cuaca Panas Dan Dingin.*Jurnal Olahraga Prestasi,Volume 6,Nomor 2

Guyton dan Hall. 2014. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Indonesia: Penerbit Elsevier (Singapore).

Hastuti M Bianti. 2007. *Pengaruh Latihan Fisik Jangka Pendek Menggunakan Metode Harvard Step Terhadap Waktu Perdarahan.* Karya Tulis Ilmiah Universitas Diponegro

Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Penerbit C.V. Tambak Kususma.

http://digilib.unila.ac.id/*6568/110/BAB%20II.pdf*

http://www.alatfitnesssurabaya.com/2016/08/*caramenggunakantreadmillelektrik*.

https://www.google.co.id/search?q=*treadmill+adalah&client*.

Hidajah, N. 2011. *Kandungan Natrium 2% dan 5% Dalam Minuman Isotonik Memperpendek Waktu Pemulihan.* Tesis. Denpasar: Pascasarjana Universitas Udayana.

Irawan MA. 2007. *Metabolisme Energi Tubuh dan Olahraga*. Sports Science Brief, vol 01 (07): 01

Jaihar S., dkk. 2013. *Analisis Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Ketahanan Fisik Siswa di Sekolah Polisi Negara (SPN) Batua Makassar, Sulawasi Selatan.* Makassar: Universitas Hasanuddin Makassar.

Kiyatno. 2009. *Pengaruh Aktivitas Fisik Submaksimal, Waktu Pemberian Antioksidan Vitamin dan Tingkat Kebugaran Terhadap Kondisi Otot.* Disertasi. Semarang: UNNES.

Kristanti, M. 2002. *Kondisi Fisik Kurang Gerak dan Instrumen Pengukuran.* Artikel Media Litbang Kesehatan, Vol XII (1): 1-5.

Kurniawan, R., dkk. 2014. *Pengaruh Pemberian Minuman Isotonik Terhadap waktu Pemulihan Pada Atlet Taekwondo Dojang Universitas Negeri Padang*. Jurnal scientia, Vol 4 (2): 81-84.

Lesar, T. S, dkk. 2010. *Kadar Natrium Serum Pada Latihan Fisik Intensitas Ringan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.*

Litser I Nyoman Ehrich, 2008. *Pengaruh latihan aerobik intensitas ringan dan sedang terhadap jumlah trombosit pada remaja putri di Universitas Prima Indonesia.* Tesis. Medan: Pascasarjana USU.

Montung, L. J. A. 2015. *Perbandingan kadar natrium serum sebelum dan sesudah aktivitas fisik intensitas berat.* Jurnal e-biomedik (eBm) vol 3, nomor 3.

Mukkarommah, S. B, dkk. 2013. *Pengaruh Latihan Aquarobik Terhadap Jumlah Hitung Lekosit Pada Wanita Obesitas Di Kota Semarang*. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan IndonesiaVolume 3. Edisi 1

Sloane, Ethel. 2004. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Pemula*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Pokneangge, R. J. 2015. *Perbandingan Kadar Kalium Dan Sebelum Dan Sesudah Aktivitas Berat.* Jurnal e-biomedik (Ebm),volume 3, nomor 3

Price, Sylvia A., dkk 2012. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses - Proses Penyakit*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Sudarsono N. C. 2015. *Indikator Keberhasilan Pengelolaan Aktivitas Fisik Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2*. EJKI, Vol 3 (1): 70-76.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Untu. V. B. F. P. dkk. 2014. *Kadar Natrium Serum Pada Latihan Fisik Intensitas Sedang Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi*

Yaswir Rismawati, dkk. *Fisiologi Dan Keseimbangan Natrium, Kalium Dan Klorida Serta Pemeriksaan Laboratorium*

Yuliarto Harri. 2012. *Latihan Fisik dan Kekebalan Tubuh*