

## DAFTAR PUSTAKA

- Adityawarman Arga Maulana, (2016). *Pengaruh Effluarge Dan Friction Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Pelari Sprint 400 Meter*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ahmaidi S. (1996). *Effect of Active Recovery on plasma Lactate and Anaerobik Power Following Repeated Intensive Exercise*. Med Sci Sport Exercise
- Ananto, Purnomo & Abdul Kadir. (1994). *Memelihara Kesehatan dan Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Bompa TO, (1994). *Teori and Metodology of Training: Kendall Hunt Publising Company*.
- Bompa, Tudor O . (2009). *Theory and Methodology of Training*. Fakultas Pasca Sarjana Universitas Airlangga : Surabaya.
- Brooks GA, 1986. *The lactate shuttle during exercise and recovery*. Med Sci Sports Exerc. 18(3):360-8
- Djumijar. 2007. *Atletik dan Lari Sprint*. Banjarnegara
- Falks (1995) *blood lactate concentration following exercise*. *International jurnal sport medicine*.
- Fox E.L., Bower R.W. and Fross M.L. (1993). *The physiological Basis of Exercise and Sport*. USA: Wim.Brown Publisher
- Giriwijoyo Santosa, dkk. *Ilmu Faal Olahraga ( Fisiologi Olahraga )*. PT Remaja Rosdakarya. Bandung
- Goats 1994. *Blood Lactate Concentration Following Exercise:Effect of Heart Exposure and of Active Recovery in Heat-Acclimatized Subject*.International Journal Sport Medicine
- Hermawan. 2015. *Perbandingan Pengaruh Sport Massage dan Swedish Massage terhadap perubahan Denyut Nadi dan Frekuensi Pernafasan*. Yogyakarta

- Heryana. 2010. *Perbedaan Pengaruh Circulo Massage dan Contrastbath terhadap Kadar Asam Laktat*. Surakarta. Universitas Sebelas Maret
- Janssen. 2012. *Latihan Laktat Denyut Nadi*. Jakarta : Grafiti
- Junusul Hairry. 1989. *Fisiologi Olahraga jilid 1*. Padang
- Martin, Nancy A dkk., (1998). *The Comperative Effects of Sport Massage, Active Recovery, and Rest in Promoting Blood Lactate Clearance After Supramaximal Leg Exercise*. University of Pittsburgh : Pittsburgh.
- Prayogi Guntara. 2014. *Penelitian Recovery Aktif dengan Recovery Pasif Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat*. UPI
- Purnomo. 2015. *Perubahan Kadar Laktat Darah Akibat Manipulasi Sport Massage Pada Latihan Anaerob*. Semarang. UNNES
- Putra Hananta. (2011). *Perbedaan Pengaruh Latihan Acceleration Sprint Dan Repetition Sprint Terhadap Kecepatan Lari 100 Meter*, Surakarta.
- Sudjana (2009) *Metoda Statistka*, Bandung
- Widiyanto. 2016. *Latihan Fisik dan Laktat*. FIK UNY
- Warih Anjari. 2016. *Perbedaan Pengaruh Circulo Massage dan Contrastbath terhadap Kadar Asam Laktat*. Surakarta. Universitas Sebelas Maret