

DAFTAR PUSTAKA

- Adityawarman. 2016. Pengaruh *Effleurage* dan *Friction* Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Pelari Sprint 400 Meter. Surakarta. Universitas Muhammadiyah
- Afriwardi. 2008. Pengaruh *Pemulihan Aktif* dan *Pemulihan Pasif* terhadap lamanya Perubahan Kadar Asam Laktat Darah. Padang. ANDALAS
- Andriawan, Anang. 2009. “*Pengaruh Mekanis masase lokal Extrimitas Bawah Terhadap Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Pemain Bola Voli*”. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Ditjen Pendidikan Luar Sekolah dan Olahraga, (1980/1981). *Sport Masase*. Jakarta : Depdikbud.
- Djumijar. 2007. *Atletik dan Lari Sprint*. Banjarnegara
- Giriwijoyo,dkk. 2012. *Ilmu Faal Olahraga*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Hermawan. 2015. *Perbandingan Pengaruh Sport Massage dan Swedish Massage terhadap perubahan Denyut Nadi dan Frekuensi Pernafasan*. Yogyakarta
- Janssen. 2012. *Latihan Laktat Denyut Nadi*. Jakarta : Grafiti
- Junusul Hairy. 1989. *Fisiologi Olahraga jilid 1*. Padang
- 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
- Roepajadi, Joesoef. 2010. *Masase Dasar*. Universitas Negeri Surabaya.

- Sri Rahajoe. 1993. *Disproporsi Perubahan Kadar Glukosa Asam Laktat dan Hemoglobin Darah Sebagai Parameter Uji Kinerja Fisik*. Yogyakarta. Universitas Gajah Mada
- Sumarsono. 2013. *Pengaruh Mekanisme Massage local Extremitas Bawah sebagai Pemulihan Pasif Terhadap Kecepatan Lari*. Surabaya. UNESA
- Widiyanto. 2016. *Latihan Fisik dan Laktat*. FIK UNY
- Waruh Anjari. 2016. *Perbedaan Pengaruh Circulo Massage dan Contrabath terhadap Kadar Asam Laktat*. Surakarta. Universitas Sebelas Maret
- Wiltshire, E. V., Dkk. 2010. *Massage Impairs Postexercise Muscle Blood Flow And "Lactic Acid" Removal*. Canada. School Of Kinesiology and Health Studies, Queen's University, Kingston, Ontario.