

DAFTAR PUSTAKA

- Afriwardi, Wenny Rahmalia Rezki (2008) Pengaruh pemulihan aktif dan pemulihan pasif terhadap lamanya perubahan kadar laktat darah pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Andalas, Padang, Andalas
- Arief. (2011), Pengaruh recovery aktif dan recovery pasif terhadap penurunan kadar CK(enzyme creatine kinase) pada Cabang Atletik Nomor Lari Jarak Jauh DKI Jakarta.
- Bompa TO, (1994). *Teori and Methodology of Training: Kendall Hunt Publising Company.*
- Danardono hajar, (2013). Perbedaan Pengaruh Recovery Aktif, Corstability, Dan Pasif, Sesudah Latihan Maksimum Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Ditinjau Dari Indeks Massa Tubuh
- Destiana Ayu Ningrum (2012). Perbandingan *metodehydrotherapy massage* dan *massage* manual terhadap pemulihan kelelahan pasca olahraga *anaerobik lactacid*
- Djumijar (2007) *Atletik dan Lari Sprint*, Banjarnegara
- Elizabeth Quinn (2008). *Preventing Overtraining*
- Falks (1995) *blood lactate concentration following exercise. International jurnal sport medicine*
- Fox, El, Bowers, R.W. And Foss, M.L. 1998. *The Fisiological Basis Of Physical Education And Athletics* (4th Ed). Philadelphia:Saunder Collage
- Harsono, (1998). *Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching*, Jakarta ; C.V Tambak Kusuma.
- Irwanyah. (2006), Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. Jakarta PT Grafindo Media Pratama
- Jansen (2012). *Latihan Laktat Denyut Nadi*. Jakarta : Grafiti
- Josef Nossek (1982). *Teori Umum Latihan*. Institute Nasional Olahraga Lagos Pan African Press LTD. Lagos
- Karim F. (2002), *Panduan kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan*.

Paulus L. Pesurnay. Latihan kondisi fisik Paulus L.P. Latihan Kondisi Fisik, Jakarta ; Komisi Pendidikan Dan Penataran Koni Pusat.

Purnomo E. (2007), Dasar-dasar GerakAtletik : Alfemedia , Jakarta.

Prayogi Guntara (2014) Pengaruh *Recovery* Aktif Dengan *Recovery* Pasif Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat. UPI

Santoso Griwiyono dan dr. Dikdik Zafari (2012) Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga), Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Sudjana (2009) Metoda Statistka, Bandung

Sugiyono (2015) Metode Penelitian Pendidikan, Bandung.

