

DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B., 2001, 'Pengertian Pendidikan Jasmani' Academia.edu.
- Anggita, G, M, 2018, 'Pengaruh Jenis Cairan terhadap Status Hidrasi Selama Latihan', *Jurnal Motion, Volume IX, No 2*.
- Alfiyana, Lana, 2012, 'Pengaruh Pemberian Air kelapa terhadap Kebugaran Atlet Sepakbola', *skripsi*, Prodi Ilmu Gizi Universita Diponegoro, Semarang.
- Chycki, J., Zajac, T., Maszczyk, A & Kurylas, A, 2017, 'The effect of mineral-based alkaline water on hydration status and the metabolic response to short-term anaerobic exercise'. *Biology Of Sport, Vol. 34 No 3*.
- Dahlan, M.S., 2011, *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*, Salemba, Jakarta.
- Darmawan, A, 2013, *Definisi Dan Komponen Kebugaran Jasmani*, diakses 23 februari 2019, <http://awangawe.blogspot.com/2013/10/definisi-dankomponen-kebugaranjasmani.html>.
- Fenanlampir, A, & Faruq, M,M., *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*, Andi Offest, Yogyakarta.
- Fink, H, H., & Mikesky, A, E., 2015, *Practical Applications In Sports Nutrition*,
- Heil, D, P, 2010, 'Acid-base balance and hydration status following consumption of mineral-based alkaline water bottled water', *Heil Journal of the International Society of Sports Nutrition*.
- Indrayana, B, 2012, 'Perbedaan Pengaruh Latihan Interval Training dan Fartlek terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler pada Atlet Junior Putra Taekwondo Wild Club Medan 2006/2007', *Jurnal Cerdas Sifa, Edisi No 1*.
- Ito, M., Fujii, K & Tanaka, N, 2012, 'Effect of alkaline water ion water intake and after exercise on water volum in the blood during recovery phase', *Sport Sci Health, 8:31-37*.
- Krishnasari, M, A, 2019, 'Perbedaan Nila Kapasitas Aerobik Maksimal (Vo2max) pada Atlet Usia 10-13 Tahun antar Cabang Olahraga (Studi pada Cabang Olahraga Bola Voli, Sepak Bola, Renang, dan Taekwondo)', *Karya Ilmiah, Program Pendidikan Sarjana Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang*.
- Krisnawati, D, Pradigdo, S., F., Kartini, A., 2011, 'Efek Cairan Rehidrasi terhadap Denyut Nadi, Tekanan Darah dan Lama Periode Pemulihan', *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, Volume 1. Edisi 2, Universitas Negeri Semarang*.
- Kurniawan, R., Syafrizar, Welis, W., 'Pengaruh Pemberian Minuman Isotonik Terhadap Waktu Pemulihan pada Atlet Taekwondo Dojang Universitas Negeri Padang'. *Scientia Vol 4 No 2*.
- Kusnanik, N., W., Nasution, J., Hartono, S., 2011, *Dasar – Dasar Fisiologi Olahraga Surabaya : Unesa University Press*.

- Kusuma, M. N. H, Muhammad S, Didik R, 2019, *The Effect of Nutritional Status, Level of Physical Activity And Hemoglobin On Physical Endurance*, JUARA: Jurnal Olahraga 4 (2) (2019).
- Kusuma, M. N. H, Julianti, K. 2015, *Affecting Factor Or Swimming Exercises Based On Multi-Lateral Method To Increasing Cognitive Intelligence of Children*, *Proceeding-International Conference Of ACPES 2015*.
- Mihardja, L, 2004, 'Sistem Energi dan Zat Gizi yang Diperlukan pada Olahraga Aerobik dan Anaerobik'. *Kedokteran Universitas Indonesia, Majalah Gizi*, 1-13.
- Nanang, M., Fuad, N., Didik, R., Topo, S & Panuwun, J, 2018, 'Effect of Alkaline water Fluids to Blood pH and Lactic Acid Changes on Sub Maximal Physical Exercise', *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*.
- Novem, P, I., Laksono, B., & Kumaidah, E, 2017 'Perbandingan Daya Tahan Otot Ekstremitas Atas Atlet Usia Remaja Cabang Olahraga Taekwondo Nomor Poomsae Dan Kyorugi' *Jurnal Kedokteran Diponegor, Vol 6 No 2*.
- Nugroho, M, N, 20015, 'Hubungan antara Tingkat Emotional Quotient (EQ) dengan Prestasi Atlet Taekwondo Kyorugi'. *Skripsi, Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Semarang*.
- Nugroho, S, 2007, 'Pengaruh Latihan Sirkuit (sirkuit training) Terhadap Daya Tahan Aerobik (vo2max) Mahasiswa PKO Fakultas Ilmu keOlahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Parwadi, E. R., Akbar, I. B & Ismawati, 2016, 'Peningkatan Kebugaran Jasmani Tubuh Dengan Pemberian Air Alkaline water Yang Diukur Dengan Vo2mak Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung'. *Procciding Pendidikan Dokter Vol 2 No 2*.
- Parwata, I, M, Y, 2015, 'Kelelahan dan Recovery dalam Olahraga', *Jurnal Pendidikan Kesehatan, Volume 1: Hal 2-13*.
- Pitriani, A., 2012, 'Hubungan Konsumsi Pangan & Status Gizi dengan Tingkat Kebugaran Atlet Taekwondo Remaja di Pemusatan Latihan Nasional Cipayu Bogor' *Skripsi, fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor*.
- Rahmaamalia., Slamet & Vai, A, 2018, 'Pengaruh Latihan Interval Training 220 Yard terhadap Daya Tahan Vo2max Atlet Taekwondo Badnur Medisa Club Pekanbaru', *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Keguruan dan Ilmu Pendidikan, 5(1), 1-10*.
- Sakti, M.H., 2015, *Pemanfaatan Energi dalam Olahraga*, FK UII.
- Sugiono, 2017, *Metode Penelitian Pendidikan*, Alfabeta, Bandung.
- Santika, I, G, N, A., 'Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahaswa Putra Semester II Kelas A

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Ikip PGRI Bali Tahun 2014',
Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Volume 1:Hal 42-47.

Suryadi, V, Y, 2002, *Tae Kwon Do (Poomse Tae Geuk)*, Gramedia Pustaka
Utama, Jakarta.

UUD R.I 1945, *No 03 Tahun 2005*, Undang-Undang Dasar Republik Indonesia,
Jakarta.

Yustika, G, P., 'Fisiologi dalam Permainan Sepakbola Profesional: Studi
Literatur', *Jurnal Pendidikan Olahraga, vol, 7, No 1.*