

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulloh, F. M. T. (2022). Efektivitas Circulo Massage Terhadap Pemulihan Kelelahan Santri Komplek Ij Al-Masyhuriyyah Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta. *2022, 8.5.2017*, 2003–2005. [www.aging-us.com](http://www.aging-us.com)
- Ardiwana, Y. F. P. (2022). Perbandingan Efek Akut Massage Eflourage Dengan Dan Tanpa Es Terhadap Nyeri Dan Fungsi Gerak Tungkai Delayed Onset Muscle Soreness (Doms) Tugas. *2022, 8.5.2017*, 2003–2005. [www.aging-us.com](http://www.aging-us.com)
- Arovah, Kunto P. D. N. I. "Perbandingan Efektivitas Circulo Massage Dansport Massage Dalam Mengatasi Kelelahan Kerjakaryawan Laki - Laki Gadjah Mada Medical Center." *Medikora*, vol. XIII, no. 1, Oct. 2014.
- Bafadal, M. F., Puspa Hidasari, F., & Qomara, D. (2021). Gulat: dampak sweden massage terhadap kecepatan recovery pasca latihan intensitas tinggi. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(1), 33. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v20i1.9541>
- Castagna, C., D'Ottavio, S., Vera, J., Alvarez, J. (2008). Match demands of professional futsal: A case study. *J Sci. Med. Sport*, 12: 490-494.
- Damai, A. I. A. (2023). Perbedaan Pengaruh Recovery Aktif Dan Cold Water Immersion Terhadap Denyut Nadi, Rating Of Perceive Exertion, Dan Laktat Darah Pada Atlet Sport Science Football Club. In *International Journal of Technology* (Vol. 47, Issue 1).
- Erkal Arslanoğlu<sup>1,\*</sup>, Sümer Alvrdu<sup>2</sup>, Temel Çakıroğlu<sup>3</sup>, Ömer Şenel<sup>2</sup>. Heart Rate and Lactate Changes in Elite Futsal Players during a Game. *International Journal of Sports Science* 2014, 4(6A)
- Ferdian, A., Cakrawati, H., & Utami, P. (2020). Seduhan Kopi Robusta ( Coffea canephora ) Mengurangi Kadar Asam Laktat Darah Pasca Aktivitas Fisik Pada Mencit ( Mus musculus L .) Brewed Robusta Coffee ( Coffea canephora ) Reduces Blood Lactat Acid Levels. *Jurnal Achives Pharmacia*, 2(2), 112–122.
- Grace Leni, H., Shanmugam, A., & Gowri, M. (2017). Effectiveness of Swedish Massage Therapy on Blood Pressure Among Patients with Hypertension at Saveetha Medical Collage Hospital. *International Journal of Development Research*, 07(07), 14133–14136.
- Hidayah, I. (2018). Peningkatan Kadar Asam Laktat Dalam Darah Sesudah Bekerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 7(2), 131. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v7i2.2018.131-141>
- Ichsani, Mappanyukki, A. A., & Nurafandi, M. (2019). Pengaruh massage terhadap

pemulihan kelelahan setelah olahraga lari 800 meter pada Mahasiswa IKOR FIK UNM. *Prosiding Seminar Nasional Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar*, 14(3), 70–76.

- Kasmadi, K., & Kafrawi, F. R. (2017). Pengaruh Manipulasi Massase Olahraga Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Dalam Darah Setelah Latihan Anaerobik. *Jurnal Kesehatann Olahraga*, 5(3), 17–24.
- Li, X., Yang, Y., Zhang, B., Lin, X., Fu, X., An, Y., Zou, Y., Wang, J. X., Wang, Z., & Yu, T. (2022). Lactate metabolism in human health and disease. *Signal Transduction and Targeted Therapy*, 7(1). <https://doi.org/10.1038/s41392-022-01151-3>
- Mubarak, Muh. Fitrah, Dra. Ichsani Basith, M.Kes, Etno Setyagraha, S.Or., M. O. (Email. (2020). *PENGARUH SPORT MASSAGE TERHADAP KECEPATAN PENURUNAN DENYUT NADI PADA ATLET PENCAK SILAT SULAWESI SELATAN*. 21(1), 1–9.
- Mulyono. (2016). Pengaruh Manipulasi Sport Massage terhadap Penurunan Denyut Nadi Setelah Latihan Olahraga. *Jurnal Sportif*, 2(2), 15–21.
- Musrifin, A. Y., Bausad, A. A., & Akhmad, N. (2023). Metode Sport Masase Dalam Penanganan Nyeri Dan Kadar Asam Laktat Setelah Latihan Maksimal Pada Atlet Futsal Undikma. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1), 75–83. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4197>
- Novita Intan Arovah, K. P. dan. (2015). Perbandingan Efektivitas Circulo Massage Dansport Massage Dalam Mengatasi Kelelahan Kerjakaryawan Laki - Laki Gadjah Mada Medical Center. *Medikora*, 1. <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4584>
- Purnomo, N. T. (2013). Pengaruh circulo massage dan swedia massage terhadap penurunan kadar asam laktat darah pada latihan anaerob. *Journal Of Physical Education Sports*, 2(1), 181–185.
- Purnomo, N. T., & Artikel, I. (2014). PERAN MANIPULASI SWEDIA MASSAGE TERHADAP WAKTU PULIH Abstrak. *Journal Of Physical Education And Sports*, 3(2), 110–114.
- Purwanto. (2019a). Variabel Dalam Pendidikan. *Teknodik*, 10(18), 1–20. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Purwanto, N. (2019b). VARIABEL DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Rohmawati, M., Suharjana, S., & Putra, F. (2019). *Pengaruh circulo massage , kontrasbath , nadi pemulihan terhadap asam laktat atlet pencak silat setelah bertanding The effect of circulo massage , kontrasbath , heart rate recovery on lactic among acid pencak silat athletes after competing*. 1(1), 30–41.
- Utami, S. (2020). Efektifitas relaksasi napas dalam dan distraksi dengan latihan 5

- jari terhadap nyeri post laparotomi. *Universitas Riau*, 4(1), 1–13.
- Wibowo, A. T. (2019). Keterampilan Dasar Permainan Futsal. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Vol. 7, Issue 2).
- Wirawan, pinandita wildan. (2022). Perbandingan Efektivitas Circulo Massage Dan Thai Massage Terhadap Pemulihan Kelelahan Dan Kualitas Tidur Pekerja Lapangan. In 2022 (Issue 8.5.2017). [www.aging-us.com](http://www.aging-us.com)
- Wisesa, N. D. (2020). *Pengaruh Swedish Massage Dan Sport Massage Terhadap Pemulihan Kelelahan Pada Pekerja Buruh Atau Kuli Tugas*. 21(1), 1–9.
- Zaidah, L. (2018). Pengaruh Foam Rollers Massage Terhadap Kadar Asam Laktat. *Jurnal Keperawatan Intan Husada*, 6(1), 74–82. <http://akperinsada.ac.id/e-jurnal/index.php/insada/article/view/90>
- Zyra, S. N., Alamsyah, T. P., & Yuliana, R. (2022). Penggunaan E-Learning Berbasis Edmodo Terhadap Hasil Belajar Kelas 4 Sekolah Dasar. *Jurnal PGSD: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 15(2), 97–106. <https://doi.org/10.33369/pgsd.15.2.97-106>