

## DAFTAR PUSTAKA

- Achten, J., Jeukendrup, Asker E. 2003. "Heart Rate Monitoring". Human Performance Laboratory, School of Sport and Exercise Sciences, University of Brmingham, Edgbaston, Birmingham, United Kingom
- Alim, A. 2012. "Pengaruh Olahraga Terprogram Terhadap Tekanan Darah Dan Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Atlet Pelatda Sleman Cabang Tennis Lapangan". *Medikora* Vol. VIII, No 2
- Alwi, H. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Ambardini, RL. 2009. "Aktifitas Fisik pada Lanjut Usia". *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta
- American Heart Association. 2007. *Heart Disease 2007*. Dallas, Texas: American Heart Association
- Angkat, D.N.S.2009. "Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Remaja Usia 15-17 tahun di SMA Negeri 1 Tanjung Morawa". *Skripsi*. Universitas Sumatera Utara
- Ashadi, K. 2014. "Implementasi Fisiologi Olahraga pada Olahraga Prestasi". *Skripsi*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya
- Asmarita, I. 2014. "Hubungan Kualita Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUP Karanganyar". *Naskah Publikasi*. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Astrand, P., Kaare, R., Hans A., Sigmund, B.. Strome. 2003. *Textbook of Work Physiology, Physiological Bases of Exercise, Fourth Edition*. Canada: Human Kinetics
- Bangsbo, J. 2003. *Physiology of Training dalam Science and Soccer*. Editor oleh Thomas Reily. UK: Spon Press Taylor & Francis Group
- Basedovsky, L., Lange T. 2012. "Sleep and Immune Function". *Pflugers Arch. Eur J Physiol*
- Buyse, DJ., Reynolds, CF., Monk, TH., Berman, SR., Kupfer., DJ. 1998. "The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice And

- Research". *Psychiatry Research* Volume 28, Issue 2, May 1989, Pages 193-213
- Chung, K., Cheung M. 2008. "Sleep-wake patterns and sleep disturbance among Hong Kong Chinese adolescents". *Sleep* 2008;31:185-94
- Dinges, DF., Douglas, SD., Zaugg, L., Campbell, DE., McMann, JE., Whitehouse, WG. 1994. "Leukocytosis and natural killer cell function parallel neurobehavioral fatigue induced by 64 hours of sleep deprivation". University of Philadelphia
- Domjan, M. 2010. *The Principles of Learning and Behaviour sixth edition*. Canada: Wadsworth Cengage Learning
- Fox, E.L. 1993. *The Physiological Basic of Exercise and Sport* (5<sup>th</sup> ed). USA: Wim. C. Brown Publisher
- Giri , IPA., Hendrasah, S., Sucipto, A. 2013. "The Correlation Between Anxiety Level And Sleep Pattern Of Initial Hospitalized Patient In Ward Station Of Panembahan Senopati Bantul District Hospital". *Jurnal Medika Respati* vol 8, No 1 (2013)
- Griwijoyo. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: Rosda Karya
- Heyward. 1998. *The Physical Fitness Specialist Certification Manual 3<sup>d</sup> Edition*. Dalas Tx: The Copper Institute for Aerobics Research
- Howe, T. 2003. *Functional Anatomy in Science and Soccer*. Editor oleh Thomas Reilly. UK: Spon Press Taylor & Francis Group
- Ismaryati, 2008, *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS press.
- Javaheri, S. 2008. "Sleep Quality and Elevated Blood Pressure in Adolescent". Case Western Reserve University
- Joyner, MJ., Edward FC. 2008. "Endurance Exercise Performance: the Physiology of Champions". *J Physiol* 586.1 (2008) pp 35–44 35
- Kaplan , H.I., Sadock, B. J. dan Grebb, J.A., 1997. *Sinopsis Psikiatri. Ilmu Pengetahuan Prilaku Psikiatri Klinis*, Edisi 7, jilid II, Jakarta, Binarupa Aksara.
- Komarudin. 2005. *Dasar Gerak Sepak Bola*. Diklat. Yogyakarta: FIK UNY

- Kozier, B. 2004. *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice*. 7<sup>th</sup> Ed. USA: Pearson Prentice Hall
- Kristiyandaru, A. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Mendukung Mahasiswa Belajar Relatif Lebih Lama*. Suabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Mah, Cheri, D., Kenneth, E. 2011. *The Effects of Sleep Extension on the Athletic Performance of Collegiate Basketball Players*. San Francisco: University of California - Department of Otolaryngology
- Mexitalia, M., Anam, MS., Uemura, A., Yamauchi, T. 2012. "Komposisi Tubuh dan Kesegaran Kardiovaskuler yang Diukur dengan Harvard Step Test dan 20m Shuttle Run Test pada Anak Obesitas". *Media Medika Indonesia*
- Mota, J., Vale, S. 2010. "Associations Between Sleep Quality with Cardiorespiratory Fitness and BMI Among Adolescent Girls". *American Journal Of Human Biology* 22:473–475
- Mukholid, A. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta:PT Ghalia Indonesia Printing
- Naesilla, A., Raden, M. 2016. "Dewasa Muda Sehat". *Sport and Fitness Journal* volume 4, No.1 : 16-24, April 2016
- Nasution, ATP., Ramayanti, R., Ramayani, OR., Siregar, R., Siregar, B. 2014. "Kualitas Tidur sebagai Faktor Risiko Peningkatan Tekanan Darah Remaja". *Artikel Kesehatan Anak*. Departemen Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Sumatra Utara
- Nieman, DC. 1988. *The Exercise Health Connection*. USA: Human Kinetics
- Penggalih, MHST., Huriyati, E. 2007. Gaya Hidup, Status Gizi Dan Stamina Atlet Pada Sebuah Klub Sepakbola. *Berita Kedokteran Masyarakat*, vol. 23, No. 4
- Potter dan Perry. 2006. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik* Vol 2 Edisi 4. Jakarta: EGC
- Rahma, FN. 2014. "Hubungan Senam Yoga Terhadap Kualitas Peningkatan Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III". *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta
- Reilly, T. 2003. *Fitness Assesment in Science and Soccer*. Editor oleh Thomas Reilly. UK: Spon Press Taylor & Francis Group

- Safira, RA. 2015. "Perbandingan Hasil Aerobic Maximal Capacity ( $\dot{V}O_2\text{max}$ ) Menggunakan Laboratorium Test dan Field Test pada Pemain Bola Basket". *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia
- Sandi, IN. 2016. "Pengaruh Latihan Fisik terhadap Frekuensi Denyut Nadi". *Sport and Fitness Journal* volume 4, no. 2 Oktober 2016
- Sanjaya, AA. 2015. "Perbedaan Kapasitas  $\dot{V}O_2$  Maksimum antara Pemain Depan, Tengah, Dan Belakang Anggota Forum Komunikasi Antar Sekolah Sepak Bola Usia 17 Kabupaten Cilacap". *Skripsi*. Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
- Sastroasmoro, IS. 2011. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi 4*. Jakarta : Sagung Seto, 2011, hal. 104-116.
- Simon, R. 2006. "Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan  $\dot{V}O_2\text{max}$  Antara Anak Tunagrahita Ringan Dengan Anak Normal Tingkat Pendidikan SLTP". *Skripsi*. Universitas Pendidikan Indonesia
- Stolen, T., Karim, C., Carlo, C., Ulrik, W. 2005. "Physiology of Soccer an Update". *Sports Med* 2005;35 (6): 501 – 36
- Sukadiyanto. 2010. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Susanto, E. 2009. "Olahraga Renang sebagai Hidroterapi dalam Mengatasi Masalah Kesehatan". *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Susilo, H. 2015. "Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif dengan Musik Keroncong terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Wredha Budi Darma Yogyakarta". *Skripsi*. Sarjana Keperawatan pada Program Pendidikan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehata 'Aisyiyah Yogyakarta
- Sutonda, A. 2011. *Metode penelitian pendidikan jasmani*. Bandung: FPOK UPI
- William, C., Sekartini, R. 2014. "Hubungan Status Gizi, Asupan Besi, dan Magnesium dengan Gangguan Tidur Anak Usia 5-7 Tahun di Kampung Melayu, Jakarta Timur Tahun 2012". *eJurnal Kedokteran Indonesia*, vol. 2, No. 2 (2014): Agustus
- Winkelman, JW. 1999. "The Evoked Heart Rate Response to Periodic Leg



Movements of Sleep". *SLEEP*, Vol. 22, No. 5, 1999

Zhao, J., Ye, T., Jinlei, N., Jincheng, X., Dongsan, L. 2012. "Red Light and the Sleep Quality and Endurance Performance of Chinese Female Basketball Players". *Journal of Athletic Training*: Nov/Dec 2012, vol. 47, No. 6, pp. 673-678.