

DAFTAR PUSTAKA

- Adan, Ana. 2012. *Cognitive Performance and Dehydration*. Journal of the American College of Nutrition. Vol. 31, No. 2, 71-78.No. 2, 71-78.
- Adisapoetra, 2005. Dalam Triwinarto, A. 2007. *Hubungan Antara Atifitas Fisik dengan Status Kegemukan pada Kohort Anak Tahun 2001 di Kota Bogor*. Tesis Fakultas Kedokteran Masyarakat: Universitas Indonesia.
- Afianti, Adhe Rizki. 2013. *Landasan Konseptual Perencanaan dan Perancangan Pisat Pelatihan "Marching Band" Mahasiswa Di D.I. Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Alim, Abdul. 2012. *Persepsi Atlet terhadap Kebutuhan Cairan (Hidrasi) Saat Latihan Fisik dan Recovery pada Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Almatsier, Sunita. 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Andayani, Khairunissa. 2013. *Hubungan Konsumsi Cairan dengan Status Hidrasi pada Pekerja Industri Laki-Laki*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Andersen, R. E. 1999. *Exercise on Active Lifestyle and Obesity Making the Exercise Prescription Work. Physician and Sportmedicine*.
- Arsani, NI Luh Kadek Alit, dkk. 2014. *Manajemen Atlet Cabang Olahraga Unggulan Di Kabupaten Buleleng*. Vol. 3, No. 1. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Azka, Faridah. 2014. *Hubungan Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Angkatan 2010*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Blair, S. N. 1995. *Exercise Prescription for Health*. Quest 47(3):338-53.
- Cahyani, Vini. 2014. *Konsumsi Cairan dan Status Hidrasi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya*. Universitas Tanjungpura.
- Carlton, Andrew, dkk. 2015. *The Effects of Fluid Loss On Physical Performance: A Critical Review*. Journal of Sport and Health Science. Vol. 4(4).
- Casa DJ, LE Armstrong, dkk. 2000. *National Athletic Trainers' Association Position Statement: Fluid Replacement for Athletes*. Journal Athletic Training 2000: 35(1); 43-51.
- Casa, Douglas J., dan Clarkson, Priscilla M. 2005. *Roundtable on Hydration and Physical Activity: Consensus Statements*. American College of Sports Medicine.
- Dieny, Fillah Fithra dan Putriana, Dittasari. 2015. *Status Hidrasi Sebelum dan Sesudah Latihan Atlet Sepak Bola Remaja*. Jurnal Gizi Indonesia (ISSN: 1858-4942). Vol. 3. No. 2.
- Evans, M. 1997. *Endurance Athlete's Edge*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Fajri, Yuniko. 2013. *Hubungan antara Jenis dan Jumlah Konsumsi Cairan terhadap Respon Emosi pada Mahasiswa Di Universitas Gadjah Mada*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Feigenbaum, dkk. 1999. *Prescription of Resistance Training for Health and Disease. Medicine and Science in Sports and Exercise* 31(1): 38.
- Feltz, Brian D dan Ferra Joe. 2006. *Dehydration's Hidden Symptoms. Chiropractic Journal* vol. 20 (10), 1-2.
- Firdaus, Hayyu. 2014. *Pengertian Marching Band dan Drum Band*. Available from <http://gnzmarchingband.blogspot.co.id> (accessed 12 November 2016).
- Graha, Ali Satia. 2010. *Adaptasi Suhu Tubuh terhadap Latihan dan Efek Cedera Di Cuaca Panas dan Dingin*. Jurnal Olahraga Prestasi vol. 6 no. 2.
- Gustam. 2012. *Faktor Risiko Dehidrasi pada Remaja dan Dewasa*. Bogor: Institut Pertanian Bogor.
- Housman, J and Odum, M. 2015. *Aters and Schiff Essential Concepts for Healthy Living 7th Edition*. Burlington: Jones and Bartlett Learning.
- Irawan, M. A. 2007. *Konsumsi Cairan dan Olahraga. Sport Science Brief*.
- Irawan, M. A. 2007. *Cairan Tubuh, Elektrolit dan Mineral. Polton Sports Science and Perormance Lab*. Diakses dari: www.pssplab.com/journal/01.pdf
- Isprayoga, Ibnu. 2015. *Efktivitas Latihan Aerobik Pagi dan Malam Hari terhadap Kadar Hemoglobin dan Kadar Leukosit*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Kit, Leong Wai dan Karen, Tong. 2008. *Fluid The Forgetten Factor. In A Singapore General Hospital Bi-monthly Publication Journal, issue 6*.
- Mubarok, Husni, dkk. 2015. *Analisis Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Pemain Futsal Anker FC Tahun 2014. Journal of Sport Sciences and Fitness*, 4 (3) (2015).
- Murray, Bob. 2007. *Hydration and Physical Performance*. Barrington: Gatorade Sports Science Institute.
- Ningsih, Siti Wardana Kusuma. 2014. *Perbedaan Kebiasaan Minum dan Status Hidrasi pada Remaja Overweight dan Non Overweight di SMK Batik 1 Surakarta*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pearson, Ryan dan Williams, Pamela M. 2014. *Common Questions About the Diagnosis and Management of Benign Prostatic Hyperplasia. American Family Physician*.
- Penggalih, Mirza Hapsari Sakti Titis, dkk. 2016. *Asupan Cairan dan Status Hidrasi Mempengaruhi Profil Tekanan Darah pada Atlet Sepakbola Remaja. Journal of The Indonesian Nutririon Association* 39(2):93-102.
- Penggalih, Mirza Hapsari Sakti Titis, dkk. 2016. *Pengaruh Perbedaan Waktu Intensitas Latihan Atlet Sepeda Terhadap Berat Badan dan Body Water. Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation* 5(1).
- Pertiwi, Donna. 2015. *Status Dehidrasi Jangka Pendek Berdasarkan Hasil Pengukuran Puri (Periksa Urin Sendiri) Menggunakan Grafik Warna Urin pada Remaja Kelas 1 dan 2 Di SMAN 63 Jakarta Tahun 2015*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

- Poedjiadi, Anna dan Supriyanti, F.M. Titin. 2009. *Dasar-Dasar Biokimia*. Bandung: UI-Press.
- Popkin, Barry M, dkk. 2011. *Water, Hydration and Health*. NIH Public Access. 68(8): 439-458.
- Primana, D.A. 2012. *Kebutuhan Air dan Elektrolit pada Olahraga*. Jakarta: Depkes dan Kesos RI.
- Putriana, Dittasari. 2014. *Konsumsi Cairan Periode Latihan dan Status Hidrasi Setelah Latihan pada Atlet Sepak Bola Remaja*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Rambert, Gladys I. 2014. *Gangguan Keseimbangan Air dan Natrium serta Pemeriksaan Osmolalits*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.
- Ramadhan, Reza Iman. 2016. *Hubungan antara Status Hidrasi serta Konsumsi Cairan pada Atlet Bola Basket Putra dan Putri Kejurda Kelompok Usia-18 Tahun Kabupaten Indramayu*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- RDA. 1989. *Recommendation Dietary Allowances, National Research Council*. Washington DC: National Academy Press.
- Rizqi, Eka Roshifita. 2013. *Hubungan antara Dehidrasi dengan Respon Emosi Mahasiswa Universitas Gadjah Mada Melalui Pendekatan Ortostatik*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Ruslan. 2011. *Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Di Provinsi Kalimantan Timur*. Vol. 11, No. 2. Samarinda: Universitas Mulawarman.
- Santoso, B. I, Hardiansyah. 2011. *Air Bagi Kesehatan*. Jakarta: Centra Communications.
- Sari, Okky Lupita. 2016. *Perbedaan Peningkatan Konsumsi Air Minum, Status Hidrasi, dan Kebugaran Jasmani Berdasarkan Jenis Kelamin pada Remaja Setelah Pemberian Edukasi yang Disertai Air Minum*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Sawka MN, dkk. *Exercise and Fluid Replacement. American College and Sport Medicine*. 2007.
- Simpson, Michael R. and Howard, Tom. 2011. *Selecting and Effectively Using Hydration for Fitness. American College of Sports Medicine*.
- Sugianto, H. D. 2012. *Pengaruh Olahraga Futsal Malam Hari terhadap Tingkat Insomnia Pada Anggota Perkumpulan Futsal "Bintang FC" Di Bimbing Malang*. Jurnal Ilmu Kedokteran Universitas Brawijaya, Malang.
- Tawarniate, Maya Devi. 2011. *Identifikasi Dehidrasi dengan Pengukuran Ortostatik dan Frekuensi Konsumsi Cairan pada Mahasiswa Di Universitas Gadjah Mada*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Trenmarching.com. 2011. *Update Ranking Nasional Marching Band Indonesia*. Available from <http://trenmarching.or.id> (accessed 12 November 2016).
- Unit Pendidikan Kedokteran Pengembangan Keprofesional Berkelanjutan FKUI. 2007. *Gangguan Keseimbangan Elektrolit dan Asam Basa: Fisiologi, Patofisiologi, Diagnosa dan Tata Laksana*. Jakarta: FKUI.

- Utami, Anjarsari Retno dan Widyastuti, Nurmasari. 2015. *Status Hidrasi Setelah Tes Ketahanan Fisik Mahasiswa Jurusan Tari Usia 19-22 Tahun (Studi Kasus Di Universitas Negeri Semarang)*. Journal of Nutrition College vol. 4 no. 2.
- Vepraskas, Claudia. 2002. *Beat the Heat: Managing Heat and Hydration in Marching Band*. *The Journal of School Nursing*. Vol. 18. No. 4.
- Winarno, F. G. 2004. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- World Health Organization. 2012. *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Analysis Guide*. Switzerland: World Health Organization.
- Youngstedt S. 2008. *Sleep, Health and Society : From Aetiology To Public Health*. *Sleep Med Rev*, 8, 159-174.