

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Ansel, H.C. 2005. *Pengantar Bentuk Sediaan Farmasi*. Edisi keempat. Jakarta : UI Press.
- Aprilia, Fitri dan Tahoma, Siregar. 2013. *Uji Aktivitas Stimulan Sistem Syaraf Pusat Ekstrak Biji Pinang (Areca Catechu L.) Terhadap Mencit Putih (Mus Musculus L.) Dan Penentuan Ed50 Yang Diberikan Secara Oral*. Program Farmasi Universitas Institut Sains dan Teknologi Nasional (ISTN) Jakarta. Volume 4 : B.51-B.58.
- Arifin, Helmi., Riyono, Heppy., Elka. 2010. *Efek Ekstrak Etanol Biji Pinang Muda (Areca catechu L.) terhadap Aktifitas Sistem Saraf Pusat Mencit Putih*. Jurnal Sains dan Teknologi Farmasi. Vol. 15, No.1 : 11-17.
- Auliana, Rizqie. 2001. *Gizi dan Pengenalan Pangan*. Jakarta : PT Adi Cita.
- Backer, Wardiah S. 2014. *Effect Of Different Energy Drinks On Liver and Heart Enzymes In Rats*. J. Biotechnology. No. 3 (1) : 1-11.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Departemen Kesehatan RI. 2005. *Kriteria dan Tatalaksana Pendaftaran Obat Tradisional, Obat Herbal Terstandar, dan Fitofarmaka*. Jakarta : Depkes RI.
- Bais, HP., R Madhusudhan., N Bhagyalakshmi., T Rajasekaran., BS Ramesh., GA Ravishankar. 2000. *Influence of polyamines on growth and formation of secondary metabolites in hairy root cultures of Beta vulgaris and Tagetespatula*. Acta Physiologiae Plantarum. Vol. 22, No. 2 : 151-158.
- Batubara, P. L. 2008. *Farmakologi Dasar Edisi II*. Jakarta : Lembaga Studi dan Konsultasi Farmakologi.
- Bowers, RW. 1992. *Sport Physiology Ed. 3*. New York : Wm C Brown Pub.
- Budiono, AMS., Jusuf, RMF., Pusparini, A. 2003. *Hiperkes dan keselamatan kerja*. Semarang : Bunga Rampai.
- Casarett and Doull's. 1986. *The Basic Science of Poison, 3rd ED*. New York: Macmilan Publishing Company.
- Culvenor, C. C. J., and Fitzgerald, J.S. 1963. *A Field Method for Alkaloid Screening of Plants*. J. Pharm. Sci., 52, 3, 303-304.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1979. *Farmakope Indonesia Edisi III*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pengawasan Obat dan Makanan Departemen Kesehatan RI.

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1986. *Sediaan Galenik*. Jakarta : Bakti Husada.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1995. *Farmakope Indonesia Edisi IV*. Jakarta : Direktorat Jenderal Pengawasan Obat dan Makanan Departemen Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan RI. 2000. *Parameter Standar Umum Ekstrak Tumbuhan. Obat*, Ed.1. Jakarta : Dirjen POM Direktorat Pengawasan Obat Tradisional.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2010. *Suplemen II Farmakope Herbal Indonesia*. Jakarta : Depkes RI.
- Ferguson, S.K., Hirai, D.M., Copp, S.W., Holdsworth, C.T., Allen, J.D., Jones, A.M., Musch, T.I., Poole, D. 2013. *Impact of dietary nitrate supplementation via beetroot juice on exercising muscle vascular control in rats*. J. Physiol. No. 591, 547–557.
- Geethavani, G., M. Rameswarudu., R. Rameshwari Reddy. 2014. *Effect of Caffeine on Heart Rate and Blood Pressure*. Department of Physiology, SVS Medical College : Mahabubnagar. International Journal of Scientific and Research Publications. Volume 4, Issue 2.
- Goodman, G.A., et al. 1990. *The Pharmacological Basic of Therapeutics*, Eight Edition, Pergamon Press, New York, Oxford, Beijing, Frankfurt, Sao Paolo, sidney, Tokyo, Toronto.
- Guyton, Arthur C. 2003. *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit Edisi Revisi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Guyton, AC and Hall JE. 2006. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11*. Penerjemah : Irawati, Ramadani D, Indriyani F. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hakimi, Fajriyan Lukman dan Vivi. 2013. *Uji Antilelah (Anti Fatigue) Kombinasi Nira Aren dan Air Tebu dengan Metode Ketahanan Berenang Pada Mencit Jantan*. Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan : Yogyakarta. Vol. 10 : 02.
- Handayani, I. 2011. *Kenalan dengan Buah Bit*. <http://kesehatan.koMPa.siana.com>. Diakses pada tanggal 21 Januari 2016.
- Harbone, J. B. 1987. *Metode Fitokimia Penuntun Cara Modern Menganalisa Tumbuhan*. Cetakan II, Diterjemahkan oleh K. Padawinata dan I. Soediro. Bandung : ITB.
- Hardinge, M.G dan Shryock, H. 2001. *Kiat Keluarga Sehat : Mencapai Hidup Prima dan Bugar jilid 1*. Bandung : Indonesia Publishing House.

- Hestya, I., Trimawaan HW., Santi, S. 2012. *Hubungan Kerja shift terhadap kelelahan perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD dr. Sayidiman Magetan*. Jurusan Kesehatan Lingkungan.
- Hoffman, Jay R., Jie Kang, Nicholas A Ratamess, Stefanie L Rashti, Christopher P Tranchina and Avery D Faigenbaum. 2009. *Thermogenic effect of meltdown RTD energy drink in young healthy women : a double blind, cross-over design study*. Lipids Health. No. 8 : 57.
- Irianto, Djoko Pekik. 2006. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Irish Sport Council. 2014. *Nitrates*. Factsheet : Institute Of Sports.
- Kapadia, G.J., H. Tokuda, T. Konoshima and H. Nishino, 1996. *Chemoprevention of lung and skin cancer by Beta vulgaris (beet) root extract*. Cancer Lett., 100 : 211-214.
- Kumar, Yashwant. 2015. *Beetroot : A Super Food*. International Journal of Engineering Studies and Technical Approach. Vol. 1, No. 3.
- Laurence, D.R. & Bennett, P.N. 1992. *Clinical Pharmacology, 7th edition*. Edinburgh : Churchill Livingstone.
- Lu, Frank C. 1995. *Toksikologi Dasar Edisi ke-2*. Penerjemah: Nugroho, E dkk. Jakarta : UIP.
- Lukman, Fajriyan Hakimi. 2013. *Uji Anti Lelah (Anti Fatigue) Kombinasi Nira Aren Dan Air Tebu Dengan Metode Ketahanan Berenang (Natory Exhaustion) Pada Mencit Jantan*. J. Pharmacy. Vol. 10 : 1-14.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 35 Tahun 2014 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Apotek*.
- Moehji, Sjahmien. 2003. *Ilmu Gizi Jilid II Penanggulangan Gizi Buruk*. Jakarta: Papas Sinar Sinanti.
- Mutschler, E. 1991. *Dinamika Obat : Buku Ajar Farmakologi dan Toksikologi*, Edisi V, diterjemahkan oleh M.B. Widiyanto dan A.S.Ranti. Bandung : Penerbit ITB.
- Nur'amilah, S. 2010. *Berbagai Macam Cara Mengatasi Kelelahan Dalam Beraktivitas, Program Studi Teknologi Herbal*. Jurusan Manajemen Agroindustri : Politeknik Negeri Jember.
- Oentoro, S. 2004. *Kampanye atasi kelelahan mental dan fisik*. Jakarta: UI Press.
- Oentoro, S. 2008. *Problematika minuman berenergi*. Jakarta : UI press.

- Pangestu, A dan Setyo Wuri Handayani. 2011. *Rotary Evaporator and Ultraviolet Lamp*. Institute Pertanian Bogor.
- Poedjiadi dan Supriyanti. 2006. *Dasar-dasar biokimia*. Jakarta : Universitas Indonesia
- Prahoveanu, E., V. Esanu, G. Anton and S. Frunzulica, 1986. *Prophylactic effect of a Beta vulgaris extract on experimental influenza infection in mice*. *Virologie*, 37 : 121-123.
- Rauha, J.P., S. Remes, M. Heinonen, A. Hopia and M. Kahkonen *et al.*, 2000. Antimicrobial effects of Finnish plant extracts containing flavonoids and other phenolic compounds. *Intl. J. Food Microbiol.*, 25, pp. 3-12.
- Rosati, E. 2011. *Perbedaan Tingkat kelelahan kerja tenaga kerja wanita antara shift pagi, shift sore dan shift malam di bagian Winding PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Rubatzky, Vincent E. 1998. *Sayuran Dunia 2*. Bandung : Penerbit ITB.
- Saifudin, Azis. Rahayu, Viesa dan Teruna, Hilwan Yuda. 2011. *Standarisasi Bahan Obat Alam*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Santiago, E.C. and E.M. Yahlia. 2008. *Identification and Quantification of Betalains from the Fruits of 10 Mexican Prickly Pear Cultivars by High-Performance Liquid Chromatography and Electrospray Ionization Mass Spectrometry*. *J. Agric. Food Chem.*
- Setiarto, H. 2002. *Beberapa faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada pengemudi bus jurusan Grabag-Borobudur*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Semarang.
- Setyawati, LM. 2010. *Selintas tentang kelelahan kerja*. Yogyakarta : Amara Books.
- Sherwood, L. 2001. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem (edisi ke-2)*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Simes, J. J. H., J. G. Tracey, L. J. Webb and W. J. Dunstand. 1959. An Australian.
- Sloane, Ethel. 2004. *Anatomi dan Fisiologi*. Jakarta : EGC Penerbit Buku Kedokteran.
- Smith, A. 2002. *Effects of caffeine on human behavior*. Center for Occupational and Health Psychology, School of Psychology, Cardiff University : UK. *Food and Chemical Toxicology*, 40 : 1243–1255.
- Splittstoesser, W. E., 1984. *Vegetable Growing Handbook*. Van Nostrand Reinhold Company : New York.

- Suma'mur, PK. 2009. *Higiene perusahaan dan keselamatan kerja*. Jakarta : Gunung Agung.
- Sunarjono,Hendro. 2004. *Bertanam 30 Jenis Sayuran*. Jakarta : Penerbit Penebar Swadaya.
- Steenis. 2005. *Buah Bit (Beta Vulgaris L)*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- Tarwaka, Bakri, S. & Sudiajeng, L. 2004. *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta : UNIBA Press.
- The American Pharmaceutical Association. 2006. *Handbook of Pharmaceutical Excipients Fifth Edition*. USA : Pharmaceutical Press.
- Tjay, Tan Hoan & Rahardja, Kirana. 2007. *Obat-obat Penting*. Jakarta : PT.Gramedia
- Turner, R.A. 1965 *Screening methods in pharmacology*. New York : Academic Press.
- Yoanna dan Yovita. 2000. *Tanaman obat plus pengobatan alternatif 3*. Jakarta : Setia Kawan.
- Wijaya. 2005. *Hubungan antara shift kerja dengan gangguan tidur & kelelahan kerja perawat Instalasi Rawat Darurat RS DR.Sardjito Yogyakarta*. Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada. Yogyakarta.
- Winarno, FG. 1985. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Wirakusumah, E.S. 1995. *Buah dan Sayur Untuk Terapi*. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Work Safe Victoria. 2008. *Fatigue prevention in the workplace*. (http://www.workcover.nsw.gov.au/formspublications/publications/Documents/fatigue_prevention_in_the_workplace_5581.pdf).
- WSH Council. 2010. *Workplace safety & health guidelines (Fatigue Management)*. (<https://www.wshc.sg/wps/themes/html/upload/cms/file/Fatigue%20Management.pdf>).
Diakses pada tanggal 20 Januari 2016
- Wylie, L.J., Kelly, J., Bailey, S.J., Blackwell, J.R., Skiba, P.F., Winyard, P.G., Jeukendrup, A.E., Vanhatalo, A., Jones, A.M. 2013. *Beetroot juice and exercise: Pharmacodynamic and dose-responce relationships*. J. Appl. Physiol. No. 115, 325–336.
- Zafeiridis, Andreas. 2014. *The effects of dietary nitrate (beetroot juice) supplementation on exercise performance: A review*. American Journal of Sports Science. No. 2(4): 97-110.