

DAFTAR PUSTAKA

- Abramson, J.L. & Vaccarino, V. (2002). *Relationship between physical activity and inflammation among apparently healthy middle-aged and older US adults*. *arch intern med* Vol. 162 No. 11, June 10, 2002. p:1286-1292
- Afriwardi.(2010). *Ilmu kedokteran olahraga*. Jakarta: EGC
- Anita-Sari, I. & A. W. Susilo.(2013). Investigation of different characters of stomata on three cocoa clones with resistance level difference to VSD (Vascular Streak Dieback) diseases. *Journal of Agriculture Science and Technology* ISSN.
- Anonim.(1989). *Keputusan direktur jenderal pengawasan obat dan makanan no. 05410/A/SK/XII/1989 tentang petunjuk operasional penerapan carapembuatan obat yang baik*. Jakarta:Departemen Kesehatan RI.
- Anonim.(2007). *Farmakologi dan terapi*(edisi 5). Departemen Farmakologi Terapeutik. Fakultas Kedokteran. Universitas Indonesia.
- Ariadi, I. (2012). *Efektivitas latihan sirkuit dengan periodisasi jangka pendek terhadap stamina pada atlet pusat kendal tahun 2012*. (Skripsi). Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Astuti, Y., Sundari, D., & Winarno, M.W. (2006). *Tanaman kencur (Kaempferia galanga L.); informasi tentang fitokimia dan efek farmakologi*. *Warta Tumbuhan Obat Indonesia*; 3(2): 26-27.
- Azizah, B. & Nina, S.(2014). *Standarisasi parameter non spesifik dan perbandingan kadar kurkumin ekstrak etanol dan ekstrak terpurifikasi rimpang kunyit*. (Skripsi). Yogyakarta: Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan.
- Budiono, AMS., Jusuf, RMF.,& Pusparini, A. (2003). *Hiperkes dan keselamatan kerja*. Semarang : Bunga Rampai.
- Carocho, M., & Ferreira, I.C.F.R. (2013). *A Review on Antioxidants, Prooxidants and Related Controversy: Natural and Synthetic Compounds, Screening and Analysis Methodologies and Future Perspective, Food and Chemical Toxicology*; 51, 15-25.
- Capelli, B.& Cysewski, G. (2006). *Natural Astaxanthin : King of the Carotenoids*. *Cyanotect Corporation*; p 93

- Clarkson, P. M. & Thompson, H. S. (2000). Antioxidants: what role do they play in physical activity and health. *J. Clin Nutr. Biochem*; 72;637S-46S.
- Departemen Kesehatan RI. (2008). *Farmakope herbal Indonesia* (ed. I). Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Undang-undang nomor 14 tahun 2005, tentang guru dan dosen*. Jakarta: Depdiknas.
- Depkes RI. (2009). *Sistem kesehatan nasional*. Jakarta
- Dirjen POM Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (1979). *Farmakope Indonesia*, (edisi 3). Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Hal. 639.
- Direktorat Jendral POM. (2000). *Parameter standar umum ekstrak tumbuhan obat*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Dorland. (1996). *Kamus kedokteran* (edisi 26). Jakarta: EGC
- Firdaus, M. (2002). *Sintesis Etil pmetoksisinamat dari anetol*. (Skripsi). Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Fudholi, A. (2001). *Tekhnologi dan formulasi sediaan obat bahan alam dan permasalahannya*. In : Wahjudi, B., Gusmayadi, I., Sumarny, R., Adil, E.I.M. (Ed.), *Prosiding Seminar Perhipba Pemanfaatan Bahan Obat Alami*, Vol 3, Perhipba Press, Jakarta, hal. 1
- Franklin, Sarah, Celia Lury & Jackie Stacey. (1996). *Feminism and cultural studies: pasts, presents, futures*. In Storey (Ed.) *op. cit.*, pp. 255-72.
- Gunawan Sumodiningrat. (1999). *Pemberdayaan masyarakat dan jaringan pengaman sosial*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hasanah, A. N., Fikri, N., Ellin, F., & Ade, Z. (2011). Analisis kandungan minyak atsiri dan uji aktivitas antiinflamasi ekstrak rimpang kencur (*Kaempferia galanga* L.). *Jurnal Matematika & Sains*, 3, 16, 147-152
- Hardinge, M.G & Shryock, H. (2001). *Kiat Keluarga Sehat : Mencapai Hidup Prima dan Bugar jilid 1*. Bandung : Indonesia Publishing House.
- Hermayanti. (2013). Uji Efek Tonikum Ekstrak Daun Ceguk (*Quisqualis indica* L.) Terhadap Hewan Uji Mencit (*Mus musculus*). *Jurnal Bionature*, Volume 14, Nomor 2, Oktober 2013, hlm.95-99

- IOTF, WHO.(2000). Global database on body mass index, Diakses 9 Mei 2016 dari http://www.who.int/global_database_on_body_mass_index/cvd_atlas_05_HBP.pdf
- Iorio, E.L. (2007). *The measurement of oxidative stress.international observatory of oxidative stress, free radicals and antioxidant systems*. Special supplement to Bulletin
- Kanjanapothi, D., A. Panthong, N. Lertprasertsuke, T. Taesotikul, C Rujjanawate, D. Kaewpinit, R. Sudhayakom, W. Choochote, U. Chaithong, A. Jitpakdi, B. Pitasawat. (2004). Toxicity of crude rhizome extract of *Kaempferia galanga* L. *Journal of Ethnopharmacology* 90(2-3): 359-365.
- Khare, A.K., Biswas, A.K., &Sahoo, J. (2014). Comparison study of chitosan, EDTA, eugenol and peppermint oil for antioxidant and antimicrobial potentials in chicken noodles and their effect on colour and oxidative stability at ambient temperature storage. *LWT-Food Sci. Technol.* 55:286-293.
- Kwon SH. (2007). Anti-obesity and hypolipidemic effects of black soybean anthocyanins. *Journal of medicinal Food*;10(3):552-6
- MacKenzie, B. (2007). Harvard step test, Diakses 3 Maret 2016 dari <http://www.brianmac.co.uk/havard.htm>
- Miranti, L. (2009). *Pengaruh konsentrasi minyak atsiri kencur (kaempferia galanga l.) dengan basis salep larut air terhadap sifat fisik salep dan daya hambat bakteri staphylococcus aureus secara in vitro*.(Skripsi). Surakarta: Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nanda. (2012). *Hubungan antara status gizi, asupan gizi, dan aktivitas fisik dengan kebugaran pada karyawan PT. WIK4*.(Skripsi). DEPOK:Program Sarjana FKM UI.
- Newell Lori. (2011). Will walking at 2.8 Speed on atreadmill for 30minutes help weight loss, Diakses 4 Februari 2016 dari <http://www.livestrong.com>.
- Ningsih, Dwi. (2012). Efek tonikum ekstrak etanol 70%, etil asetat dan n-heksana rimpang kencur (*Kaempferia Galanga, L.*) terhadap mencit putih jantan (*Mus Musculus*).*Jurnal Setia Budi*, Biomedika.
- Nur'amilah, S. (2010). *Berbagai macam caramengatasi kelelahan dalam beraktivitas. Program Studi Teknologi Herbal*. Jurusan Manajemen Agroindustri. Politeknik Negeri Jember.

Nurhayati, R. (2013). *Uji efek tonikum sediaan sirup dari ekstrak biji pinang*. (Skripsi). Surakarta: Universitas Setia Budi

Nurhayati, Tutik. (2008). *Uji efek sediaan serbuk instan rimpang kencur (Kaempferia galanga L) sebagai tonikum terhadap mencit jantan galur Swiss webster*. (Skripsi). Surakarta: Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Oentoro, S. (2004). *Kampanye atasi kelelahan mental dan fisik*. Jakarta: UI Press.

Pangestu.(1999). Super tonik, Diakses 3 Maret 2016 dari <http://www.sidhikPangestuspiritual.8m.com/tonik.htm>.

Potter, P.A. &Perry, A.G. (2005). *Buku ajarfundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik*. (Edisi 4) Alih Bahasa: Renata Komalasari, dkk. Jakarta : EGC.

Rukmana, R. (1994). *Kencur*. Penerbit PT Kanisius. Yogyakarta.

Senjaya, Y., A. & Wahyu, S. (2014). *Potensi ekstrak daun pinus (Pinus merkusii jungh. et de vriese) sebagai bioherbisida penghambat perkecambahanEchinochloa colonum L. danAmaranthus viridis*. (Skripsi). Bandung: Fakultas Sains dan Matematika Universitas Pendidikan Indonesia.

Setyawati, LM. (2010). *Selintas tentang kelelahan kerja*.Yogyakarta : Amara Books.

Suleman A. Exercise physiology, Diakses 2 Februari 2016 dari<http://emedicine.medscape.com>

Suma'mur, PK. (2009). *Higiene perusahaan dan keselamatan kerja*.Jakarta : Gunung Agung.

Syamsuni, H. (2006). *Farmaseutika dasar dan hitungan farmasi*. Jakarta: EGC.

Tarwaka, Bakri, S. & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja dan produktivitas*.Surakarta : UNIBA Press.

Taufikkurohmah, T. (2005). Sintesis p-metoksisinamil dari etil p-metoksisinamat hasil isolasi rimpang kencur (*Kaempferia galanga L.*) sebagaikandidat tabir surya. *Indonesian Journal of Chemistry*.**5 (3)**: 193

Tewtrakul, S. & Fameera M. (2011). Anti-allergic activity of some selected plants in the genusboesenbergia and kaempferia. *Songklanakaran J. Sci. Technol*, 33: (3), 301-304.

Tiwari, P., Bimlesh, K., Mandeep, K., Gurpreet, K., & Harleen, K. (2011). Phytochemical screening and extraction : A Review. *JournalInt Pharm Sci.* 1, 1, 98-106.

Umar, M. I., Mohammad Z. B. A., Amirin S., Rabia A., & Muhammad A. I. (2011). Phytochemistry and medicinal properties of *Kaempferia Galanga* L. (zingiberaceae) extracts. *African Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 5(14): 1638-1647.

Winangsih, Erma, P., & Sarjana, P. (2013). *Pengaruh metode pengeringan terhadap kualitas simplisia lempuyang wangi (Zingiber aromaticum L.)*. Skripsi. Semarang: Fakultas Sains dan Matematika, Universitas Diponegoro.

