

Daftar Pustaka

1. World Health Organization, (2017). Physical Activity. Diakses 2 Oktober dari: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en>
2. Shakinah S, Pembagian intensitas olahraga dan denyut jantung maksimal. Jakarta: Divisi Kardiologi Ilmu Penyakit Dalam RSCM; 2015
Diakses tanggal 16 Januari 2018 dari: <http://kardioipdrscm.com/7237/artikel/pembagian-intensitas-olahraga-dan-denyut-jantung-maksimal/#sthash.OwDmS217.dpbs>
3. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI; 2013. Diunduh 07 Oktober 2017 dari: <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>
4. Rao CR, Darshan BB, Das N, Rajan V, Bhogun M, Aditya G, Practice of Physical Activity among Future Doctors: A Cross Sectional Analysis Int J Prev Med. 2012 May; 3(5): 365–369.
5. Kampar, P. Hubungan aktivitas fisik dengan tingkat kebugaran jasmani pada mahasiswa angkatan tahun 2003-2006 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Tahun 2007 (Skripsi): Padang; 2007.
6. Sharkey, B.J. *Fitness and health*. Alih Bahasa Kebugaran dan Kesehatan oleh: Eri Desmarini Nasution. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada; 2003. hal 163-170
7. ACSM. Benefit and risk associated with physical activity. In: Thompson WR, Gordon NF, Pescatello LS, editors. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Precipitation. Atlanta: Wolters. 2009.p. 3-18; 153-82
8. Afriwardi, Ilmu kedokteran olahraga. Jakarta: EGC; 2010. hal 27-35
9. Giam CK. Ilmu kedokteran olahraga. Jakarta: Bina Rupa Aksara; 1993. hal 15
10. Prativi GO, Soegiyanto, Sutardji. Pengaruh aktivitas olahraga terhadap kebugaran jasmani. Journal of Sport Sciences and Fitness. 2013; 3: 32-36.
11. Kadir A. Adaptasi kardiovaskular terhadap latihan fisik. Surabaya: Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya; 2014.
http://elib.fk.uwks.ac.id/asset/archieve/ADAPTASI_KARDIOVASKULAR_TERHADAP_LATIHAN_FISIK.pdf Diunduh 9 Oktober 2017
12. Guyton AC, Hall JE. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran edisi 12. Jakarta: EGC; 2014. hal. 1117-1128
13. Sandi IN. Hubungan antara tinggi badan, berat badan, indeks massa tubuh, dan umur terhadap frekuensi denyut nadi istirahat siswa SMKN-5 Denpasar (Thesis). Sport and Fitness Journal. Juni 2013; Volume 1. No. 1: 38 – 44.
14. American College of Sports Medicine(ACSM) (2014) Physical fitness assessment manual. https://books.google.co.id/books?id=ZPo96rd3PpAC&pg=PA46&lpg=PA46&dq=physical+activity+on+intensity+acsm+classification&source=bl&ots=SYnYMIaTfr&sig=QjTXOnU_sYN4axOIGggftu6IysI&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwiqp6PzvdnYAhVIIJQKHSj1AFE4HhDoAQgmMAA#v=onepage&q=physical%20activity%20on%20intensity%20acsm%20classification&f=false diakses 16 Januari 2018
15. Bompa OT, Theory and Methodology of Training. Dubuque, Iowa: Kendal/Hunt Publishing Company; 1990
16. Fox, E, L., Bowers, R,W., Foss,M,L. The physiological basis for exercise and sport, USA, Brown & Benchmark Publisher; 1993
17. Cooper, K, H. antioxidant revolution, tennessee, Thomas Nelson Publisher; 2000.
18. Griwijoyo HYSS. Ilmu faal olahraga. Remaja Rosdakarya: Bandung; 2012.
19. Irawan MA. Glukosa dan Metabolisme Energi. Polton Sports Science and Performance Lab. 2007; Volume 01. No. 07: 1-9.

20. Irianto DP. Pedoman praktis berolahraga. Andi Publisher: Yogyakarta; 2004.
21. Hardjanti ES. Perbedaan pengaruh latihan interval dan jenis kelamin terhadap kadar gula darah penderita prediabetes. (Tesis). Universitas Sebelas Maret: Surakarta; 2011.
22. Nurhadi, FI. Pengaruh fat loss programme terhadap persentase lemak tubuh dan berat badan pada member fitness center gor uny. (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta; 2012.
23. Kushartanti BMW. Kebugaran Jasmani dan Produktivitas Kerja. Klinik Terapi Fisik FIK UNY: Yogyakarta; 2000.
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/131405898/pengabdian/KEBUGARAN+JASMANI+DAN+PRODUKTIVITAS+KERJA.pdf> diakses tanggal 8 Oktober 2017
24. Pearce EC. Anatomi dan fisiologi untuk paramedic. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2000.
25. *American hearth association (AHA)* (2015). All About Heart Rate (Pulse).
http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/GettheFactsAboutHighBloodPressure/All-About-Heart-Rate-Pulse_UCM_438850_Article.jsp#.W6HpfmiCziU Diakses 14 Oktober 2017
26. Katz AM. Physiology of the heart 5th, Wolters Kluwer: Philadelphia, US ; 2011. p. 1092-1093
27. McArdle WD, Katch FI, Katch VL. Exercise physiology: nutrition, energy, and human performance. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins; 2010. p. 303- 335
28. Smith DL, Fernhall B. Advanced Cardiovascular Exercise Physiology. USA: Human Kinetic Publisher; 2010.
29. Aaronson PL, Ward JPT, Connolly MJ. At Gance: Sistem kardiovaskuler Edisi Ketiga. Jakarta: Erlangga; 2008. P. 58-64
30. American College of Sports Medicine (ACSM) (2009) The heart rate debate.
www.acsm.org/public-information/articles/2016/10/07/the-heart-rate-debate diakses 14 Oktober 2017.
31. Ganong WF. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 22. Jakarta: EGC; 2009. hal. 611
32. Dahlan MS. Besar sampel dan cara pengambilan sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
33. Kwon O, Park S, Kim YJ, Min SY, Kim YR, Nam GB, et al. The exercise heart profile in master athletes compared to healthy controls. *Clin Physiol Funct Imaging*. 2016 Jul;36(4):286-92.
34. Lathiiifa H. Gambaran kebiasaan berolahraga terhadap daya tahan kardiorespirasi pada siswa siswi smu triguna utama kampong utan ciputat banten tahun 2009. Jakarta; 2009.
35. Cheevers A, Pettersen C. Harvard Step Test. Amsterdam: Amsterdam Institute of Allied Health Education; 2007. p 12-19
36. American College of Sport Medicine. ACMS's Guideline for Exercise Testing and Prescription. 9th ed. Philadelphia: Lippincont Williams & Wilkins; 2014. p 85
37. Nasution CD. Perbedaan kesanggupan olahraga dan masa pemulihan antara mahasiswa perokok dengan bukan perokok saat latihan difakultas kedokteran universitas sumatra utara (Skripsi). Medan: Universitas Sumatera Utara; 2011.
38. Notoatmodjo S, Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2005. P. 68-70
39. William DH, Williams C. Cardiovascular and metabolic responses of trained and untrained middle-age men to a graded treadmill walking test. *Brit. J. Sports Med* Vol. 17, No 2, June 1983, pp 110-116.
40. Vandavasi M, Sukumar CD. Effect of exercise on Blood Pressure in Athletes and untrained individuals. Khammam; 2016. pp 37-40.