

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, U. M, Rumini & Nasuka. (2016). *Hubungan Kecemasan, Percaya Diri dan Motivasi Terhadap Kinerja Wasit Bola Voli*. *Journal.unnes.ac.id*.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Best. (2008). Effectiveness of sports massage for recovery of skeletal muscle from strenuous exercise. *Clinical Journal of Sport Medicine*.
- Cafarelli. (1992). The role of massage in preparation for and recovery from exercise. *Sports Med*.
- Chairad, M. (2014). Sejarah dan Perkembangan Beladiri Tarung Derajat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Depdiknas RI. (2015). *Kamus Bahasa Indonesia*. Pusat Bahasa. Elang. (2010). *Sekilas tentang Massage*. <http://tumoutou.depsos.go/>
- Fauziah, F., & Widuri, J. (2007). *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*. UI Press.
- Goats. (1994). Massage--the scientific basis of an ancient art: Part 1. The techniques. *British Journal of Sports Medicine*.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (H. Abadi (ed.)). Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Hemmings, B. (2000). Effects of massage on physiological restoration, perceived recovery, and repeated sports performance. *British Journal of Sports Medicine, 1*.
- Hilbert, J. E., Sforzo, G. A., & Swensen, T. (2003). The effects of massage on elayed onset muscle soreness. *British Journal of Sports Medicine, 37*(1).
- Ilham,C. (2017). *Manfaat Akupuntur Menurut Beberapa Penelitian*. <http://sidomi.com/1326204/manfaat-akupuntur-menurutbeberapapenelitian-diposkan/>
- Intani, A., & Mulyadi, R. (2020). Analisis Anxiety Atlet Futsal Saat Sebelum Bertanding Siswa Ekstrakurikuler SMPIT Thariq Bin Ziyad Boarding School Cikaran. *Jurnal Olympia, 2*(1 SE-Articles).
- Kurniawan, a, W., & Kurniawan, t, A. (2021). *Sport Massage*.Lubis, N. L. (2011). *Depresi, Tinjauan Psikologis*. Kencana.

- Malingga, F. U. (2018). *Pengaruh Manipulasi Sport Massage Sebelum Dan Sesudah Latihan Terhadap Kenyamanan Tubuh Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Pencak Silat Universitas Negeri Yogyakarta*. UNY.
- Mulyadi, A., & Sartono. (2019). Pengaruh Sport Massage Terhadap Kecemasan Sebelum Menghadapi Uji Tanding. *Journal of Physical Education and Sport Science*, 1(2), 21–26.
- Mulyo, A. C. (2020). *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Shooting Free Throw Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Smp Negeri 6 Kota Sukabumi*. Universitas Muhammadiyah Sukabumi.
- Mulyono, M. (2016). *Pengaruh Manipulasi Sport Massage Terhadap Penurunan Denyut Nadi Setelah Latihan Olahraga*. *Jurnal Sportif*, 2(2).
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Nopriansyah, N. (2015). Pengaruh Sport Massage Terhadap Penurunan Perasaan Lelah Setelah latihan Di UKM Pencak Silat Uny. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2).
- Norah, J. ., & Trever, J. . (2015). *Sport Massage*. Bloomsbury Publishing Plc.
- Priyonoadi, B. (2008). *Sport massage (Masase Olahraga)*. FIK UNY.
- Ramaiah, S. (2003). *Kecemasan, Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Pustaka Populer Obor.
- Risma. (2017). Manipulasi massage. *Physical Therapy in Sport*, 2(4).
- Rohmansyah, N. A. (2017). Kecemasan Dalam Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 3(1 SE-Articles). <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/541>
- Sadeghi, K., & Nariman. (2014). The Effect Of Swedish Massage On Blood Pressure In Patients. *Journal Of Macro Trends In Health And Medicine*, 2.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); Kedua). Alfabeta.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2017). *Mental training aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. Cakrawala Cendikia.
- Yovebi. (2017). Manipulasi massage. *Physical Therapy in Sport*, 2(4).