

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. dan Amanatun, A. (2015) 'Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada pekerja Industri Keripik Melinjo di Desa Benda Indramayu', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, pp. 140–150.
- Andani, S. A. (2017) 'Pengaruh Pemberian Jeruk Manis (*Citrus sinensis*) terhadap Nilai VO₂max dan Kelelahan Atlet Sepakbola di Gendut Dony Training Camp (GDTC) Salatiga', *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Ariani, H. (2019) 'Manfaat Jus Jeruk Manis (*Citrus sinensis*) untuk Menurunkan Kelelahan Kerja di PT. Aseli Dagadu Djokdja', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*.
- Budiman, I. (2014) 'Efek Nenas (*Ananas comosus* (L) Merr.) Terhadap Penurunan Tekanan Darah', *Penurunan Tekanan Darah*, pp. 18–21.
- Budiono, A. M. S. (2008) *Bunga Rampai Hiperkes dan KK: Higiene Perusahaan, Ergonomi, Kesehatan Kerja, Keselamatan Kerja*. Edited by A.M.Sugeng Budiono. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Daniel, A. (2015) *Intensif Bertanam Semangka Tanpa Biji*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Desty, E. (2013) *The Miracle of Fruits*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- EP Desty (2013) 'The Miracle of Fruits', in. Jakarta: Agromedia Pustaka, pp. 217–220.
- Guyton, A. dan Hall, J. (2007) *Buku ajar fisiologi kedokteran edisi 11*. Jakarta.
- H. Muaris (2005) *Bubur Buah Makanan Pendamping ASI untuk Bayi Mulai Usia 7 Tahun*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hana, R., John, S. dan Edward, H. (2013) 'Sodium and Potassium in Health and Disease'.
- Harnum, K. (2017) 'Efektivitas Pemberian Jus Semangka Merah sebagai Upaya Penurunan Intensitas Nyeri Otot Aktif dan Pasif pada Pekerja bagian Pengantungan 1 dan Produk samping PT. Petrokimia Gresik', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*.
- Harrianto, R. (2009) *Buku Ajar Kesehatan Kerja*. Jakarta: Buku Kedokteran: ECG.

- Hasanah, U. (2015) 'Perbedaan Nilai Kelelahan Atlet Sepakbola yang Diberikan dan Tidak Diberikan Jus Semangka Merah (*Citrullus lanatus*)', *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Hawa, K. (2019) 'Manfaat Jus Tomat (*Solanum lycopersicum* L.) untuk Menurunkan Kelelahan Kerja Cleaning Service di Rumah Sakit Umum Daerah Wates', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*.
- Hungu (2007) *Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Grasindo.
- International Labour Organization (2013) *International Labour Organization*. Available at: <https://www.ilo.org/inform/online-information-resources/databases/osh/lang--en/index.htm>.
- International Tables of Glycemic Index and Glycemic Load Values (2008) 'No Title', pp. 18–20.
- Juniarsana, W. (2015) 'Pemberian Jus Tomat Lebih Mempercepat Tercapainya Denyut Nadi Pemulihan dan Meningkatkan Kebugaran Fisik Daripada Minuman Isotonik Kemasan (X) pada Atlet Sepakbola', *Jurnal Skala Husada*.
- Jusnaedi, M. (2019) 'Pengaruh Pemberian Jeruk Manis terhadap Nilai VO₂max dan Kelelahan Atlet Sepakbola SMA Negeri 6 Soppeng', *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Kasdjono, H. S. and Haryono (2007) *Hygiene Lingkungan Kerja*. Jakarta: Mitra Cendikia.
- Kasjono, H. S. (2020) *Literature Review dan Systematic Literature Review*. Yogyakarta.
- Kumar, A. (2012) 'Importance for Life "Psidium guava"', *International Journal of Research in Pharmaceutical and Biomedical Sciences*, 3 (1), pp. 137–143.
- Kumar, S. *et al.* (2012) 'Traditional and Medicinal uses of Banana', *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 1 (3). Available at: www.phytojournal.com.
- Kurniawidjaja, L. M. (2010) *Teori dan Aplikasi Kesehatan Kerja*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Lone, V. F. (2017) 'Perbedaan Efektivitas Pemberian Jus Pisang Raja dan Jus Pisang Ambon terhadap Indeks Kelelahan Otot pada Remaja di Sekolah Sepakbola', *Jurnal Gizi Indonesia*.

- M. Zed (2014) *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Permatasari, R. D. (2017) 'Manfaat Jus Semangka Merah (*Citrullus lanatus*) untuk Menurunkan Kelelahan Kerja', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*.
- Prajnanta, F. (2003) *Agribisnis Semangka Non-Biji*. Jakarta, Indonesia: Penebar Swadaya.
- Rachmawati, R. (2018) 'Pengaruh Jus Buah Jambu Biji Merah terhadap Kelelahan Otot pada Atlet Sepakbola di Balai Pemusatan Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah', *Jurnal Gizi Indonesia*.
- Rianti, C. R. (2014) 'Pengaruh Pemberian Jus Pisang (*Musa paradisiaca*) terhadap Kelelahan Otot pada Atlet Sepak Takraw', *Jurnal Gizi Indonesia*..
- Rinawati (2014) *Analisis Faktor Risiko Kelelahan dan Stres Kerja Pegawai Perpustakaan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Tahun 2013*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Sandjaja (2009) *Kamus Gizi Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Sartono (2001) *Racun dan Keracunan*. Jakarta: Widya Medika.
- Sedarmayanti (2009) *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*. Bandung: Mandar Maju.
- Septian, D. P. G. (2013) *Hubungan Antara Iklim Kerja, Asupan Gizi Sebelum Bekerja, dan Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan pada Pekerja Shift Pagi Bagian Packing PT.X, Kabupaten Kendal*. Universitas Diponegoro.
- Sinaga, F. A. (2012) 'Pengaruh Pemberian Jus Buah Jambu Biji Merah terhadap VO₂max dan Kelelahan Otot pada Aktivitas Fisik Maksimal', *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Sitohang, Y. N. (2019) 'Manfaat Jus Nenas (*Ananas comosus* (L.) Merr) untuk Menurunkan Kelelahan Kerja', *Jurnal Kesehatan Lingkungan*.
- Suma'mur (2009) *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Padang: Sagung Seto.
- Suma'mur (2014) *Kesehatan Kerja dalam Perspektif Hiperkes & Hiperkes & Keselamatan Kerja*. Jakarta: Justisia Teknika.

- Tarwaka (2004) *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. 1st edn. Surakarta: UNIBA PRESS.
- USDA Nutrient Database (2019) *Food Composition Database Show Foods: Pineapple*. Available at: <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/food-details/454102/nutrients>.
- USDA Nutrient Database (2020a) *Food Composition Database Show Foods: Banana*. Available at: <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/food-details/786652/nutrients>.
- USDA Nutrient Database (2020b) *Food Composition Database Show Foods: Guava*. Available at: <https://fdc.nal.usda.gov/fdc-app.html#/food-details/786690/nutrients>.
- Wahyu, B. W. T. (2002) *Bertanam Tomat*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Wahyuni, I. (2017) 'Manajemen Kelelahan saat Persalinan Menggunakan Jus Semangka Merah', *Jurnal IPTEKS Terapan*.
- Wariyah, C. (2010) 'Vitamin C Retention and Acceptability of Orange (*Citrus nobilis* var. *microcarpa*) Juice During Storage in Refrigerator', 1, pp. 50–55.
- Westerblad, H., Bruton, J. and Katz, A. (2010) 'Skeletal muscle: Energy metabolism, fiber types, fatigue and adaptability', p. 316.
- Widyasulistya, R. (2018) 'Pengaruh Pemberian Jus Buah Jambu Biji Merah (*Psidium guajava* L.) terhadap Kelelahan Otot pada Atlet Sepakbola di Salatiga Training Center (STC)', *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*.
- Wignjosoebroto, S. (2000) *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu: Teknik Analisis untuk Meningkatkan Produktivitas Kerja*. Jakarta: PT.Gunawidya.

