

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudjiono. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Yogyakarta: Andi, 2000.
- Arie S. Sutopo dan Alma Permana Lestari. *Buku Penuntun Praktikum Ilmu Faal Kerja*. Jakarta: FIK UNJ, 2002.
- Astrand M. D. *Text Book of Work Physiology*. Student Edition: Sidney, 1970.
- Cooper Kenneth H. *Arthritis Your Complete Exercise Guide The Cooper Clinic And Research Institute Fitness*. Dallas Texas, 1993.
- Dangsina Moeloek dan Arjatmo Tjokro Negoro, *Kesehatan dan Olahraga*, Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai pustaka. 1988.
- Depdikbud Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi. *Petunjuk Pelaksanaan Pola Umum Pembinaan dan Pengembangan Kesegaran Jasmani*. Jakarta: 1997.
- Frank W. Dick. *Sport Training Principles*. London: 1980.
- G. Gregory Haff. *Periodization*. Fifth Edition, 2009.
- IAAF LEVEL I. *Teknik-teknik Atletik dan Tahap-tahap Mengajarkan*. Program Pendidikan dan System Sertifikasi Pelatih Atletik PASI.
- Iman Suharto. *Pencegahan dan Penyembuhan Penyakit Jantung Koroner*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Johan Schurink dan Sjouk Tel. *Jogging* .Jakarta : PT. Rosda Jayaputra 1987.
- Junusual Hairy, *Daya Tahan Aerobik* (Departemen Pendidikan Nasional : 2003)
- Lynnee Brick. *Bugar Dengan Senam Aerobik*. Terjemahan Anna Agustina. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2001.
- MENPORA. *Pedoman Pembinaan Kesegaran Jasmani Untuk Lanjut Usia*. Jakarta: MENPORA, 1999.
- Price, A Sylvia. *Patofisiologi Jilid 2 edisi 4*. Jakarta: EGC: 1996.
- RS. Hari Sanjaya. *Dasar dan Teknik Lomba Gerak Jalan*. Bandung: Angkasa, 1984.
- S. Nasution, M.A. *Metodelogi Research*. Jakarta : Bumi Aksara, 2002.
- S. Wojowasito. *Kamus Bahasa Indonesia Edisi Revisi*. CV. Pengarang.

- Sadoso Sumosardjuno. *Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia, 1986.
- Sudjana. *Metode Statistika*. Bandung: PT.Tarsito, 2005.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta, 2011.
- Sunita Almatsier. *Penuntun Diet*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. 2004.
- Sunita Almatsier. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. 2009.
- Sutrisno Hadi. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset, 1989.
- Suyono Yahya. *Petunjuk Tehnis Kesehatan Olahraga*. DEPKES RI: 1990.
- Y.S. Santoso Griwijoyo. *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: 1992.
- Yudha M Saputra. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Direktorat Jendral Olahraga 2001.
- <http://m.detik.com/health/read/2014/11/26/153210/2759832/763/butuh-komitmen-cara-ini-bisa-dilakukan-untuk-kontrol-diabetes--2-> (diakses 26 November 2014)
- <http://axlnejad.wordpress.com/2008/12/16/hakikat-mahasiswa/> (diakses 4 juni 2014)
- http://www.unj.ac.id/web.php?module=fakultas&smenu=2&id_fak=600. (diakses 11 november 2014)
- <http://jembenkpoenja.blogspot.com/2011/03/pengertian-jalan-cepat-teknik.html> (diakses 15 desember 2013)