

DAFTAR PUSTAKA

- Ballesteross, J. (1979). Manual pedoman dasar latihan atletik. Jakarta: PASI.
- Basuki, S. (1979). Atletik, sejarah, teknik, dan metodik untuk SGO. Jakarta: Garuda Maju Cipta.
- Biddle S & Mutrie N. (1991). Psychology of physical activity and exercise: a health-related perspective. London: Springer Verlag.
- Bompa, T. O. (2009) Theory and methodology of training. Jakarta : terjemahan.
- Costa S, Cuzzocrea F, Hausenblas HA, Larcian R, Oliva P. (2012). Psychometric examination and factorial validity of the exercise dependence scale-revised in Italian exercisers. J Behav Addict, 1, 1-15
- Desideria, B. (2017) Agar Sehat , Berapa kali sebaiknya jogging dalam seminggu? <http://www.liputan6.com/health/read/2171288/agar-sehat-berapa-kali-sebaiknya-jogging-dalam-seminggu>.
- Dinata, M. (2002). Senam aerobik dan peningkatan kesegaran jasmani. Bandar Lampung: Cerdas Jaya.
- Ekkekakis P. (2009). Let them roam free? Physiological and psychological evidence for the potential of self-selected exercise intensity in public health. Sports Med, 39, 857-888.
- Gunarsa, S.D. (1986). Psikologi olahraga. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Harsono. (1986). Ilmu coaching. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga, KONI Pusat.
- Herring MP, Puetz TW, O'Connor PJ, Dishman RK. (2012). Effect of exercise training on depressive symptoms among patients with a chronic illness: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Arch Intern Med, 172, 101-111.
- Herring MP, O'Connor PJ, Dishman RK. (2010). The effect of exercise training on anxiety symptoms among patients: a systematic review. Arch Intern Med, 170, 321-331
- IAAF. (1990). IAAF Level I. Techniques of athletics and teaching progressions. Program Pendidikan dan Sistem Sertifikasi Pelatih Atletik, PASI

- Joe, P., & Patrick, M. (2010). *Running anatomy*. Amerika Serikat: Human Kinetics.
- Jonas S & Phillips EM. (2009). *ACSM's exercise is medicine: a clinician's guide to exercise prescription*. Philadelphia : Wolters Kluwer, Lippincott Williams & Wilkins.
- Kementerian Pemuda dan Olahraga (2015). *Peraturan Menteri pemuda dan Olahraga Republik Indonesia Nomor 0065 tentang penyelenggaraan kegiatan pasukan pengibar bendera pusaka*. Jakarta : Sekretariat negara.
- Komarudin (2013). *Psikologi olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Mc Ardle, W. D., Frank, I. K., & Victor, I. K. (1991) *Essential of exercise physiology*. Pennsylvania : lea & Febiger,
- Moeljono, W., & Suherman (1993). *Materi pokok kesehatan olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Morgan WP & O'Connor PJ. (1988). *Exercise and mental health*. In: Dishman RK, editor. *Exercise adherence: its impact on public health*. Champaign, Irlandia: Human Kinetics.
- Muhajir (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung : Yudhistira
- Myrsidayu, apta, 2014. *Psikologi olahraga*. Jakarta: pt bumi aksara.
- Reaburn, P., & Jenkins, D. (1996) *Training for speed and endurance*. Sydney: Southwood Press.
- Sajoto (1988) *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Saputra, M. Y. (2001) *Dasar-dasar keterampilan atletik*. Jakarta: Direktoral Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Schurink, J., & Sjouk. (1987). *Joging terjemahan soeparmo*. Jakarta: PT Rosda Jayaputra Offset.
- Siswanto (2007) *Kesehatan mental: konsep, cakupan, dan perkembangannya*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Sumosardjuno, S. (1989) *Olahraga dan kesehatan dari A sampai Z*. Jakarta: Pustaka Kartini.
- Sumosardjuno, S. (1986) *Petunjuk praktis kesehatan olahraga*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Thompson JK & Blanton P. (1987)Energy conservation and exercise dependence: a sympathetic arousal hypothesis. *Med Sci Sports Exercise*. 19, 91-99.

Weinberg, Robert, S., & Gould, D. (2003) *Foundations of sport and exercise psychology* ed 3rd. Amerika serikat: Human Kinetics.

Yazid, S., Kusmaedi, N., Paramitha, S. T., (2016) Hubungan konsentrasi dengan hasil pukulan jarak jauh (long sroke) pada cabang olahraga woodball. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan UPI*, 50-54.

