

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Truna. (2010). *Penyebab Malas Olahraga*.
Diakses dari: <http://adecheeruna.wordpress.com/kesehatan/pe-nyebab-malas-olahraga/>, tanggal 20 Mei 2013.
- Kusnan. (2013). *Olahraga dalam Membangun Kualitas Sumber Daya yang Sehat dan Bugar*.
Diakses dari:
<http://www.stkipgrismmp.ac.id/olahraga-dalam-membangun-kualitas-sumber-daya-yang-sehat-ketahanan-tubuh-terhadap-penyakit-dan-bugar/>,
tanggal 7 Mei 2013.
- KS. Soegiyanto. 2013. Keikutsertaan Masyarakat Dalam Berolahraga. *Jurnal* (online). tersedia: <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki/article/viewFile/2656/2724>, diunduh 2 Juli 2020.
- Irianto, Djoko Pekik. 2004. *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran Dan Kesehatan*. Yogyakarta: ANDI
- Jawapos . 2020. (online). tersedia : <https://www.jawapos.com9/>, diunduh 2 Juli 2020
- Ashadi, K. (2014). Implementasi fisiologi olahraga pada olahraga prestasi. In *Pertemuan ilmiah ilmu keolahragaan nasional Univeritas Negeri Malang*. Malang.

Muthohir, Toho Cholikh, dkk. 2011. Berkarakter dengan berolahraga berolahraga dengan berkarakter. Jakarta: Sportmedia

Daniel Hartono. 2010. *Pengaruh Olahraga Jogging Terhadap Kesehatan Fisik dan Mental*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

M. Anwari Irawan. "Metabolisme Energi Tubuh dan Olahraga". Sports Science Brief. Volume 01, (2007) No. 07

Mutohir, Toho Cholikh dan Ali Maksum. (2007). Sport Development Index. Alternatif Baru Mengukur Kemajuan Pembangunan di Bidang Olahraga (Konsep, Metodologi, dan Aplikasi). Jakarta: PT. Indeks

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Lepper, M. R., Corpus, J. H., & Iyengar, S. S. (2005). Intrinsic and Extrinsic Motivational Orientations in the Classroom: Age Differences and Academic Correlates. *Journal of Educational Psychology*, 97(2), 184–196. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.97.2.184>

Lin, Y.-M., Lin, G.-Y., & Laffey, J. M. (2008). Building a Social and Motivational Framework for Understanding Satisfaction in Online Learning. *Journal of Educational Computing Research*, 38(1), 1–27. <https://doi.org/10.2190/EC.38.1.a>

Carmichael, Chris. Burke, Edmund. R. 1996. Bugar Dengan Bersepeda. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Bauman, A. (2004). Health benefits of physical activity for older adults – epidemiological approaches to the evidence. In *Optimizing Exercise and Physical Activity in Older People* (pp. 1–25). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-7506-5479-1.50004-2>

Farhan. (2011). *Olahraga Berperan Tingkatkan Kualitas SDM*.
Diakses dari:
<http://www.garutkab.go.id/pub/news/plain/6305-olahraga-berperan-tingkatkan-kualitas-sdm/>, tanggal 7 Mei 2013.

Margono. 2010. Metodologi Penelitian Pendidikan. Jakarta: PT RINEKA CIPTA