

DAFTAR PUSTAKA

- Chomaria, Nurul. (2009). Tips Jitu Dan Praktis Mengusir Stress. Jakarta. Diva Press.
- Handoyo, S. (2001). Stres Pada Mahsyarakat Surabaya. Jurnal insan media psikologi. Volume 3. No. 12. Fak. Psikologi Universitas airlangga
- Hardjana, A. M. (1994). Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres. Yogyakarta: Kanisius.
- Kholidah, N. (2006). Tesis Efektivitas latihan berfikir positif untuk menurunkan stres pada mahasiswa. Yogyakarta. Universitas Gajah Mada.
- Kusmaedi, Nurlan. (2002) Olahraga Rekreasi Dan Olahraga Tradisional. Bandung: FPOK UPI.
- Lutan, Rusli. (2002). Olahraga, Kebijakan politik. Departemen Pendidikan Nasional. Direktorat Pemberdayaan IPTEK Olahraga
- Manktelow, James. (2008). Mengendalikan Stres. Jakarta. Esensi Erlangga Group.
- Marjono, A. (2002). Rekreasi bersama keluarga. Cipta Karya. Jakarta
- Nadesul, Hendrawan. (2011). Sehat itu murah. Kompas. Indonesia
- Nisfianoor, Muhammad. (2009). Pendekatan statistika modern untuk ilmu sosial. PT. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Risantoro, Agung. (2007). Mengendalikan Stres Kerja. Media Publiser. Jakarta.
- Santoso, Singgih. (2010). Mastering Spss 18. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo
- Santrock, J.W. (2003). Lifespan Development. Erlangga. Jakarta
- Saputra, Yudha M dkk. (2006). Pengantar Filsafat Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi, Bandung, Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sarafino, E. P. (1998). Health psychology. Biopsychosocial Interaction. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Sugiyono. 2013. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung. Alfabeta, CV
- Suherman, Adang dkk. (2013). Metode Penelitian olahraga. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan.

- Sukadji, Soetarlimah. (2000). Psikologi pendidikan dan psikologi sekolah. Depok. Lemabaga pengembangan sarana pengukuran dan pendidikan psikologi.
- Sunarto, dkk. (2007). Aku cinta Jakarta. Pendidikan lingkungan dan budaya jakarta untuk sekolah dasar. Jakarta. Ganeca.
- Sunaryo, Kartadinata. (2014). Pedoman Karya Tulis Ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sunaryo. (2002). Psikologi Untuk Keperawatan. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Tahir, M. (2005). Tesis Pemanfaatan Ruang Kawasan Tepi Pantai Untuk Rekreasi Dalam Mendukung Kota Tanjungpinang Sebagai Waterfront City. Semarang: Magister Pembangunan Wilayah Dan Kota. Universitas Diponegoro.
- Triantoro, Safari dkk. (2009). Manajemen Emosi. Jakarta. Bumi Aksara.
- Tyrer, Peter. (1980). Psikologi Populer Bagaimana Mengatasi Stress. Jakarta. Arcan.
- Utama, A.M. Bandi. (2012) Pembinaan Olahraga Sekolah Dasar Cabang Olahraga Catur. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Widyarini, N (2009). Seri Psikologi Populer: Kunci Pengembangan Diri. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo

SUMBER SKRIPSI

- Butar-butar, Antonius Soren. (2011). Skripsi Olahraga Rekreasi Pelaku Bisnis Seluler Di Kota Bandung. Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Efendy, Achmad Faizin. (2013). Skripsi Tingkat Stres Menjelang Perlombaan Terhadap Hasil Perlombaan Pada Atlet Atletik Kejuaraan Nasional Yunior Dan Remaja Jawa Tengah Di Jakarta Tahun 2013. Jurusan Ilmu Keolahragaan. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang.
- Ismanda, Shelly Novianti. (2013). Skripsi Analisis Aktivitas Rekreasi Terhadap Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Khoeriniawan, Karina. (2009). Skripsi Dinamika Stres Pada Mahasiswa Yang Berasal Dari Luar Pulau Jawa. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Suhayat, Siti Hutami. (2011). Skripsi Hubungan Olahraga Rekreasi Dan Penurunan Tingkat Stres Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia.

SUMBER INTERNET

- Ariany, Amy Ari. (2009). Mekanisme Terjadinya Stres. [Online] Tersedia: <http://gejalastress.wordpress.com/2009/07/15/mekanisme-terjadinya-stress/> [15 Maret 2014]
- Azmee. (2012). Beberapa kondisi fisik yang menunjukkan gejala stres. [Online] Tersedia: <http://www.kolomsehat.com/beberapa-kondisi-fisik-yang-menunjukkan-gejala-stress/> [16 Maret 2014]
- Herdiyani, Dede. (2013). Pengertian stres. [Online] Tersedia: <http://dedeh89-psikologi.wordpress.com/2013/04/pengertian-stress.html>
- Hudd, S. (2003). stress and the college student. Couses of stress. [online] <http://lauren.tripod.com/collegestress/id2.html>.
- Khotimah, Nurul. (2013). Olahraga dan Rekreasi. [Online] Tersedia: https://www.academia.edu/5121633/Olahraga_dan_rekreasi_Oleh [12 Maret 2014]
- Mujahid, Rully. (2013). Gejala dan Tanda-Tanda Stres. [Online] Tersedia: <http://reframepositive.com/gejala-dan-tanda-tanda-stres/> [16 Maret 2014]
- Nash, Jay B. (2013). Pengertian Rekreasi dan Jenis rekreasi. [Online] Tersedia: <http://www.pengertianahli.com/2014/03/pengertian-rekreasi-dan-jenis-rekreasi.html> [10 Maret 2014]
- Panduwicaksono, Singgih. (2013). Aspek-aspek stres menghadapi ujian nasional. [Online] Tersedia: <http://singgihpanduwicaksono.wordpress.com/2013/03/page/2/> [20 Maret 2014]
- Sinambela, Yuni Herlina. (2008). pria loncat dari lantai VII seorang mahasiswa. [Online] Tersedia: <http://news.okezone.com/read/2008/04/08/1/98735/pria-loncat-dari-lantai-vii-seorang-mahasiswa> [11 Maret 2014]
- Utama, Hanif Perwira. (2011). Manfaat Olahraga rekreasi. [Online] Tersedia: <https://www.scribd.com/doc/82553562/Manfaat-Olahraga-Rekreasi> [15 Maret 2014]
- Waskita, Daru. (2008). stres urus skripsi, mahasiswa bunuh diri. [Online] Tersedia: <http://news.okezone.com/read/2008/01/16/1/75585/stres-urus-skripsi-mahasiswa-bunuh-diri> [11 Maret 2014]
- Wikipedia. (2013). Rekreasi. [Online] Tersedia: <http://id.wikipedia.org/wiki/Rekreasi> [10 Maret 2014]