

DAFTAR PUSTAKA

- Adiwinanta, W (2008), Pengaruh Intervensi Olahraga di Sekolah terhadap Indeks Masa Tubuh dan Tingkat Kesegaran Kardiorespirasi pada Remaja Obesitas. (Tesis), Program pendidikan Dokter Spesialis 1, Universitas Diponegoro, Semarang.
- Ali, Mohammad, Asrori Mohammad (2009). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta : Bumi Aksara
- American Institutes for Research (2005). *Effects of Outdoor Education Programs for Children in California*. The California Department of Education 1430 N Street Sacramento, CA 95814
- Arywibowo, D M, dkk (2009). Penurunan Berat Badan Pada Obesitas Melalui Pengaturan Diri. *Jurnal Penelitian Humaniora*, Vol. 10, No. 2, Agustus 2009: 199-211
- Azhari. (2007). *Hubungan aktivitas fisik kebugaran fisik dan imej tubuh dengan kejadian obesitas pada siswa SMA di Kota Banda Aceh Propinsi Nanggroe Aceh Darussalam*. Universitas Gadjah Mada, 2007, Yogyakarta.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar: Riskesdas 2013*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance , Interpersonal Success , Happiness , Or Healthier Lifestyles? *Psychological Science In The Public Interest*, 4(1), 1–44.
- Budiman, D (2005). Positive Self Esteem (Self Esteem yang sehat). Bahan Ajar Mata Kuliah Psikologi Anak dalam Penjas.
- Boutcher, S. H. (2011). High-Intensity Intermittent Exercise and Fat Loss. *Journal of Obesity*, 2011, 1–10. <http://doi.org/10.1155/2011/868305>
- Boyd, J. C. (2012). *The Impact Of Interval Intensity In Overweight Young Men*. Queen's University Kingston, Ontario, Canada.
- Coopeersmith, Stanley. 1967. The Antecedents of Self Esteem
- Crosnoe, R., & Muller, C. (2004). Body Mass Index , Academic Achievement , and School Context : Examining the Educational Experiences of Adolescents at Risk of Obesity. *Journal of Health and Social Behavior*, 45, 393–407.
- Danari, Lolita. Dkk. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak SD. *ejournal keperawatan (e-Kp) Volume 1. Nomor 1*.

- DeBate, R, et al. (2009). *Changes in Psychosocial Factors and Physical Activity Frequency Among Third to Eight-Grade Girls Who Participated in Developmentally Focused Youth Sport Program: A Preliminary Study*. *Journal of School Health*, Vol 79 (10), hlm 474-484.
- Dietz, H., & Gortmaker, L. (1985). Do We Fatten Set ? Obesity Our Children at the Television Children and Television and Adolescents Viewing in, 75(5).
- Djoko Pekik, Irianto (2007). *Panduan Gizi Lengkap keluarga dan Olahragawan*. CV ANDI OFFSET (Yogyakarta)
- Dorak, F. (2011). Self-Esteem And Body Image Of Turkish Adolescent Girls. *Social Behavior and Personality*, 39(4), 553–562. <http://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.4.553>
- Efsa, Muhammad Abdillah Arsi (2014). *Hubungan Sensationa Seeking Dengan Self Esteem Pada Cosplayer (Studi Kotelasioanal Cosplayer di Kota Bandung)*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- F. Wang, T.C. Wild, W. Kipp, S. Kuhle and P.J. Veugelers (2009), *The influence of childhood obesity on the development of self-estee*. Component of Statistics Canada Catalogue no. 82-003-X. Health Reports. Vol. 20, no. 2.
- Fahey, Insel, R. A. adult version of the C. S.-E. I. T. reliability and social desirability., & Reports, P. (2005). *An adult version of the Coopersmith Self-Esteem Inventory: Test-retest reliability and social desirability*. *Psychological Reports*.
- Febrianto, Lukman (2009) TA Sistem Pendukung Keputusan Untuk Menentukan Program Diet Bagi Penderita Obesitas Dengan *Metode Dynamic Programming*. *Undergraduate thesis*, STIKOM Surabaya.
- Fukuda, Sanae, Takeshi, Tatsuya, Morimoto, Kanehisa. 2001. Obesity and Lifestyle. *A Journal of Medical Sciences of Japan and Other Asian Countries*. Vol.44 No.3
- Gibney, Michael J.(2008). *Gizi Kesehatan Masyarakat (Edisi Bahasa Indonesia)* Jakarta : EGC.2008
- Giriwijoyo, S, Ronald, Hamidie, dkk. (2010) *Ilmu Faal Olahraga (Sport Physiology) Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan untuk Prestasi*. Bandung: Red Point.
- Giriwijoyo, S, Ronald, Hamidie, dkk (2016), *Kesehatan, Olahraga dan Kinerja Menuju Sejahtera Jasmani, Rohani, dan Sosial melalui Olahraga*. Bandung : CV. Bintang Warli Artika.

- Green, Heather J (2011). *Skills Training and Self esteem: Educational and clinical Perspectives on Giving Feedback to Clinical Trainees*. Behaviour Change. Vol. 28, No. 2
- Goran, M. I. (1998). Measurement Issues Related to Studies of Childhood Obesity : *Academy of Pediatrics.*, (101), 505–518.
- Guindon, M.H. (2010). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions (5th ed)*. New York : Routledge Taylor & Francis Group.
- Hadi M, Setiawan, Sulistyowati, Enik, Mifbakhudin (2005). Hubungan Pendapatan Perkapita, Pengetahuan Gizi Ibu Dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Anak Kelas 4 Dan 5 Di Sd Hj. Isriati Baiturrahman Kota Semarang. *J Kesehatan Masyarakat Indonesia*. Vol 2 No.1. [Http://Jurnal.unimus.ac.id](http://Jurnal.unimus.ac.id)
- Hamzah, Nurhayati (2014). Hubungan Obes dengan Harga Diri (*Self Esteem*) Pada Remaja Putri di SMK Negeri 1 Gorontalo (Skripsi) FIIKOR Universitas Negeri Gorontalo.
- Harsono (1988). *COACHING*, dan aspek-aspek dalam Psikologis dalam *Coaching*. Bandung: CV Irwan.
- Heydari, M, Freund, J and Boutcher, S.H (2012). *The Effect of High-Intensity Intermittent Exercise on Body Composition of Overweight Young Males*. *Journal of Obesity*, Volume 2012, Article ID 480467, 8 pages
- Heydari, M, Boutcher Y.N, Boutcher S.H (2013) *High-intensity intermittent exercise and cardiovascular and autonomic function*. Faculty of Medicine, School of Medical Sciences. 23:57–65
- Indasari, Rosita , dkk. Program Intervensi Strategi Kognitif Perilaku untuk Meningkatkan *Self-esteem* Remaja. Program Studi Psikologi Profesi Peminatan Psikologi Pendidikan, Kampus Baru UI, Depok, 16424, Indonesia
- Kim, H. S., Park, J., Ma, Y., & Ham, O. K. (2015). Factors Influencing Health-Related Quality of Life of Overweight and Obese Children in South Korea, 29(5), 361–369. <http://doi.org/10.1177/1059840513475363>
- Kristanti, C. M. (2012). Kondisi Fisik Kurang Gerak dan Instrumen Pengukuran. *Media Litbang Kesehatan*, XII(1), 1–5.
- Lutan, Rusli (2003). *Self Esteem, landasan Kepribadian*. Jakarta. Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Maulana, I (2013) *Perbedaan Harga Diri Antara Siswa Yang Mengikuti Dengan Yang Tidak Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Negeri 4*

- Kotamadya Magelang* (Skripsi). PJKR, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- McAuley Edward, and B. B. E. et. al. (2000). Physical Activity, Self-Esteem, And Self-Efficacy Relationships In Older Adults: A Randomized Controlled Trial. *The Society of Behavioral Medicine*, 22(2)(9), 131–139.
- Menini, Nunik Baiti (2012), Pengaruh Aktivitas Fisik Ekstrakurikuler Olahraga dan Non Olahraga Terhadap Penurunan Obesitas Siswa. (Tesis). Pendidikan Olahraga. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
- Nisfianoor, Muhammad (2009). Pendekatan Statistik Modern untuk Ilmu Sosial. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nugroho, A.S (2015). Pengaruh Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Menggunakan Pendekatan Bermain dan Kompetitif Terhadap Pengembangan *Self-Esteem* ditinjau dari Jenis Kelamin Studi Eksperimen pada Siswa SMA Negeri 1 Randublatung Blora Tahun 2014. (Tesis) Program Studi Ilmu Keolahragaan Pasca Sarjana Universitas Sebelas Maret.
- Nurvita, V (2015), Hubungan Antara *Self-esteem* dengan *Body Image* pada Remaja Awal yang Mengalami Obesitas, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan*, Vol 4 (1), hlm 41-49
- Organization, W. H. (n.d.). *Surveillance and Population-Based Prevention of Noncommunicable Diseases Department World Health Organization*. 20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland. Retrieved from www.who.int/chp/steps
- Papalia. D Slem, H Feldman, R & Camp (2002). *Adult Development and aging* (2nd Ed). USA: Mc. Brawgill
- Pearce, M. J., Boergers, J., Prinstein, M. J., Michelle, J., & Boergers, J. (2002). Adolescent Obesity , Overt and Relational Peer Victimization , and Romantic Relationships, *10*(5).
- Peggy, & Edwards. (2003). Self-Esteem, Sport and Physical Activity. *Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity*, (613).
- Penelitian, B., & Pengembangan, D. A. N. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Pesa, J. A., Syre, Thomas R, & Jones, E. (2000). Psychosocial Differences Associated with Body Weight Among Female Adolescents : The Importance of Body Image. *JOURNAL OF ADOLESCENT HEALTH*, 26(8), 330–337.
- Prameswari, S. P. I, Aisah, Siti, Mifbakhuddin. (2013). Hubungan Obesitas Dengan Citra Diri Dan Harga Diri Pada Remaja Putri Di Kelurahan

Jomblang Kecamatan Candisari Semarang. *Jurnal Keperawatan Komunitas*. Volume 1, No. 1, halaman 52-61

- Prentice, A. M., & Jebb, S. A. (1995). Obesity in Britain : gluttony or sloth ?, *311*(August), 43–45.
- Psychosocial Measures for Asian Americans: *Tools for Practice and Research*
www.columbia.edu/cu/ssw/projects/pmap
- Pyle, S. A. (2006). Fighting an epidemic: the role of schools in reducing childhood obesity. *Psychology in the Schools*, 43(3). <http://doi.org/DOI:10.1002/pits.20146>
- Ray, H. R. D. (2015). Curcumin Treatment Enhances The Effect of Exercise on Mitochondrial Biogenesis in Skeletal Muscle by Increasing *Metabolism*, 64 (10), 1334–1347. <http://doi.org/10.1016/j.metabol.2015.07.010>
- Ronald, H. (2009). Peran ilmu anatomi dan fisiologi dalam meningkatkan prestasi atlet bulutangkis. In *Pengurus Besar Persatuan Bulutangkis Indonesia* (pp. 1–19).
- Sartika, R. A. D. (2011). Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun Di Indonesia. *Makara, Kesehatan*, 15(1), 37–43.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (6th ed). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2011). *Perkembangan Anak* (Edisi Kesebelas). Jakarta: Erlangga.
- Siefen, B. D. K. R. J. S. R. G. (2002). *The relationship between physical activity and self-image and problem behaviour among adolescents. Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 37, 544–550. <http://doi.org/10.1007/s00127-002-0554-7>
- Skorek, M., Sung, A., Dunham, Y. (2014). *Self Esteem as Mediator between Personality Traits and Body esteem : Path Analizyses Across Gender and Race Ethnicity*. Open Acces Feely Available Online, Vol 9.
- Slavin, Robert. E. (2011). *Psikologi Pendidikan, Teori dan Praktik* (edisi kesembilan). Jakarta: PT. Indeks
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sulianti, ambar. dkk (2008). *Sport Nutrition “Ilmu Gizi Olahraga”*. Bandung: Redpoint.
- Sutjijoso, A. R., & Zarfiel, M. D. (2009). Harga diri dan prestasi belajar pada remaja yang obesitas. *Jurnal Psikologi*, 3(1), 68–75.

Inkeu Tri Auguntari, 2017

PENGARUH AKTIVITAS FISIK HIGH INTENSIVE INTERMITTEN EXERCISE (HHE) TERHADAP PENURUNAN OBESITAS DAN PENINGKATAN SELF ESTEEM SISWA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- The President's Council on Physical Fitness and Sports Report. (1997). *Physical activity and sport in the lives of girls*. Washington, DC: US Department of Health and Human Sciences.
- Tjoanna, Arnt E, Stolen, T. O., Anja BYE, Volden N, M., Slordahl, S. A., odegard, R., ... WISLØFF*, U. (2009). Aerobic interval training reduces cardiovascular risk factors more than a multitreatment approach in overweight adolescents, 326, 317–326. <http://doi.org/10.1042/CS20080249>.
- Trapp, E.G, Chisholm, D.J, Freund, J, and S. H. Boutcher, “*The effects of high-intensity intermittent exercise training on fat loss and fasting insulin levels of young women,*” *International Journal of Obesity*, vol. 32, no. 4, pp. 684–691, 2008.
- Universitas Pendidikan Indonesia (2014). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI Tahun Akademik 2014/2015*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Universitas Pendidikan Indonesia (2015). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI Tahun Akademik 2014/2015*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Utari, A. (2007). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Anak usia 12-14 Tahun . (Tesis). Magister Ilmu Medik dan Program Pendidikan Dokter Spesialis 1, Universitas Diponegoro
- WHO Consultation on Obesity. (2004). *Obesity : Preventing And Managing The Global Epidemic Report of a*. Geneva, Switzerland.
- Whyte, L. J., Gill, J. M. R., & Cathcart, A. J. (2010). Effect of 2 weeks of sprint interval training on health-related outcomes in sedentary overweight / obese men. *Metabolism*, 59(10), 1421–1428. <http://doi.org/10.1016/j.metabol.2010.01.002>.
- Wiarto, Giri (2013). Fisiologi dan Olahraga. Graha Ilmu.
- Wijayanti, D, (2013). Analisis Faktor Penyebab Obesitas Dan Cara Mengatasi Obesitas Pada Remaja Putri (Studi Kasus Pada Siswi SMA Negeri 3 Temanggung). (skripsi) Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang
- Williams, J. M. (2000). Self-Esteem and Physical Development in Early Adolescence : Pubertal Timing and Body Image. *Journal of Early Adolescence*, 20(2), 129–149.
- Wulandari, T. Zulkaida, A. (2007). *Self regulated Behaviour* Pada Remaja Putri yang mengalami Obesitas. Proceeding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur dan Sipil). Vol. 2, ISSN 1858-2559.

Sumber lain :

- D.A (2013). *Obesitas Menu diet dan kalori Obesitas*. (online)
Tersedia : <http://medicallmart1.blogspot.co.id/2013/04/obesitas-menu-diet-dan-kalori-obesitas.html>
- Hartono, G.J. *Aktivitas Fisik bagi Anak dan Remaja, Cegah Obesitas*, (online).
Tersedia:<https://www.tanyadok.com/anak/aktivitas-fisik-bagi-anak-dan-remaja-cegah-obesitas>
- Manjila, (2012) *Prevalensi Overweight/Obesitas pada Remaja di Indonesia*.
Diakses dari <http://manjilala.info/prevalensi-overweightobesitas-pada-remaja-di-indonesia/>
- womenhealt.co.id, *Resiko Obesitas Pada Remaja*. Diakses dari
<http://www.womenshealth.co.id/article/jumlah-penderita-obesitas-pada-remaja-meningkat>
- Teras olahraga. *Fakta mengenai latihan HIIT (High Intensity Interval Training)*.
Website Olahraga. Diakses :
<http://www.hiithighintensityintervaltraining.ga/2015/04/fakta-penelitian-mengenai-latihan-hiit.html>
- Trikmudahdiet, *cara mudah mengukur persentasi kadar lemak tubuh*. Diakses:
<http://trikmudahdiet.blogspot.co.id/2014/10/cara-mudah-mengukur-persentasi-kadar-lemak-tubuh.html>

Tersedia:

<http://www.acsm.org>

<https://m.tempo.co/read/news/2014/04/19/060571763/provinsi-di-indonesia-dengan-prevalensi-obesitas>

<http://www.fifgroup.co.id/articles/details/87/Aktivitas-Fisik-Mengurangi-Risiko-Obesitas-Bagi-Anak>

<https://www.tanyadok.com/anak/aktivitas-fisik-bagi-anak-dan-remaja-cegah-obesitas>

<http://www.fifgroup.co.id/articles/details/87/Aktivitas-Fisik-Mengurangi-Risiko-Obesitas-Bagi-Anak>).

<http://www.beverageinstituteindonesia.org/article/health-benefits-of-physical-activity/>

Inkeu Tri Auguntari, 2017

PENGARUH AKTIVITAS FISIK HIGH INTENSIVE INTERMITTEN EXERCISE (HHE) TERHADAP PENURUNAN OBESITAS DAN PENINGKATAN SELF ESTEEM SISWA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu