

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, A. (1994). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Depdikbud.
- Arikunto, S. (2004). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Giriwiwoyo, Y. S. S. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Penerbit ITB.
- Irianto, D. P. (2004). *Berolahraga Untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi.
- Kementrian Pendidikan Nasional. (2010). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*.
- Lutan, R. (2002). *Menuju Sehat dan Bugar*. Depdiknas.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas X*. PT Gelora Aksara Pratama.
- Rusli Lutan. (2000). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. DEPDIKBUD.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian (Mixed Methods)*. Alfabet.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sumintarsih. (2006). *Kebugaran Jasmani Untuk Lanjut Usia*. *Olahraga Majalah Ilmiah Volume 12*.
- Widiarto, G. (2012). *Fisiologi dan Olahraga*. Graha Ilmu.
- Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran*. Raja Grafindo Pers.