

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Darmawan, Ibnu (2017). *Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas*. JIP, Vol. 7, No. 2 Edisi Agustus 2017
- Djoko Pekik Irianto. (2004). *Bugar dan Sehat Dengan Olahraga*. Yogyakarta : Andi Offset
- Firman, Sari Rahayu Rahman (2020). *Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19*. Indonesian Journal of Educational Science (IJES), 2(2), 81-89
- Giriwoyo, Y.S Santoso, dkk. (2017). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Penerbit ITB
- Hanum, L. (2015). *Exercise With Exercise Sit-Up And Bicycle Crunches In Women Aged 19-23 Years*. Universitas Esa Unggul.
- Hariyono. (2014). *Konsep dan Model Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Irawan, H. 2020. *Inovasi Pendidikan Sebagai Antisipasi Penyebaran COVID-19*. Diakses Pada 9 April 2020 dari <https://ombudsman.go.id/artikel/r/artikel--inovasi-pendidikansebagai-antisipasi-penyebaran-covid-19>.
- Lovitt, Michelle. (2004). *Exercise for Your Muscle Type : he Smart Way to Get Fit*. New Jersey: Basic Health Publication, Inc.
- Lutan, Rusli. (2002). *Hakekat dan Karekteristik Penjaskes Dalam Kurikulum*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Lutan, Rusli.(2001). *Asas-asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta. Depdiknas.
- Mahardika. I Made Sriundy. (2010). *Evaluasi Pengajaran*. Surabaya: Unesa University Press
- Mardiyono. (2013). *Status Gizi dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas IV dan Kelas V SD Negeri 01 Jatiharjo Karanganyar Jawa Tengah 2012*. FIK UNY.

- Meiriawati, Made. (2013). *Pengaruh Pelatihan Sit-Up Besar Sudut 450 , 900 dan 1200 terhadap Kekuatan Otot Perut*. Fakultas Olahraga dan Kesehatan: Universitas Pendidikan Ganesh
- Setiadi. (2007). *Anatomi & Fisiologi Manusia Edisi Pertama*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sri Esti W. D. 2006. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta.: Grasindo
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Supriyadi. 2013. *Strategi Belajar Mengajar*. Yogyakarta : Jaya Ilmu
- Tauhid, Aufan, & Siregar dalam Mochammad Djuminar. (2020). *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Pendekatan Bermain Pada Ssiwa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama*. (online), tersedia: <https://media.neliti.com/media/publications/331741-upaya-meningkatkan-hasil-belajar-lari-sp-4eec0a56.pdf> diunduh 18 Juli 2022
- Widiastuti, (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Wirnantika, Pratama, & Hanief. (2017). *Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas IV SDN Puhrubuh I dan MI Mambaul Hikam di Kabupaten Kediri Tahun Ajaran 2016/2017*. Jurnal Pembelajaran Olahraga Vol. 3 Nomor 2 Tahun 2017.
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2019). *Pengembangan Model Latihan Jump Shoot Bola Basket*. Journal of Sport, 3(1), 51-5

