

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur penelitian suatu pendekatan Praktek*. Jakarta, PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Evaluasi pendidikan*. PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Dinata, Marta. 2010. *Langsing Dengan Aerobik*. Cerdas Jaya, Jakarta
- Djoko Pekik I. 2000, *Panduan Latihan Kebugaran Yang Efektif Dan Aman*. Yogyakarta : Lukman Offset.
- Harsono (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Bandung, Tambak Kusuma.
- Harsono. 2009. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung
- Harsono. *Prinsip – prinsip Coaching dan Training*, diklat STO Bandung.
- Harsono, 2004. *Perencanaan Program Latihan Edisi Kedua*. Bandung
- Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. Yogyakarta : FIK UNY
- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan Untuk SMA*. Erlangga ; Jakarta.
- Nurhasan 1986, *Tes dan Pengukuran*. Karunika Jakarta.
- Soeharno HP. 1983. *Ilmu coaching umum*. Yogyakarta.
- Sport Development Indeks (SDI) 2006. *Pengkajian Sport Development Indeks (SDI) Propinsi Lampung 2005*. Kemenpora. Jakarta.
- Sudarsono. 1992. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Depdikbud.
- Sudjana. 2006. *Metode Statistika*. Bandung : Tarsito
- Sulistianta, Heru. 2012. *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Bandar Lampung

Sumaryanti. 2003. *Pengaruh Frekuensi Senam Aerobik Terhadap Tingkat Kebugaran Jasman Siswa Sekolah Dasar*. Yogyakarta : FIK UNY

Suranto. 2010. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandar Lampung

Lutan, Rusli (2000). *Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: DepDikBud. Direktorat

Thomas dan nelson (1997). *Reseach Methodh in physical Activity*.

Universitas Lampung. 2007. *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Bandar Lampung

Woerjati soekarno, dkk 1996. *Dasar-dasar latihan senam irama*. Yogyakarta : FPOK IKIP Yogyakarta.

Yudiana, Yuyun, Subarjah, Herman dkk. *Dasar – dasar kepelatihan*.

<http://rosy46nelli.wordpress.com/2009/12/21/prinsip-dasar-latihan-daya-tahan-umum/.html-05-maret-13.10>

<http://arifudin.wordpress.com/2010/11/13-05-maret-13.00>

<http://educationandsportcenter.blogspot.com/2012/12/multistage-fitness-test-or-bleep-test.html.2013-05-maret-10.41>

<http://buburdelima.com/2012/pengertian-pendidikan-jasmani-menurut-para-ahli.html-03-maret-20.00>