

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A & Mandji, A. 1994. Dasar-dasar Pendidikan Jasmani, Dirjen Dikti. Depdikbud. Jakarta.
- Adisapoetra, dkk1999. Tes & Latihan Kesegaran Jasmani untuk Anak Usia Sekolah. Kantor Menteri Negara Pemuda dan Olahraga. Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi. 1999. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis. Bima Aksara. Jakarta.
- Dwiyogo. 1992. Pengetahuan Kesegaran Jasmani. Bandung
- Earle, Roger & Baechie, Thomas. 2002. Bugar Dengan Latihan Beban. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Furchan, Arief. 1982. Pengantar Penelitian Dalam Penelitian. Usaha Nasional. Surabaya.
- Giriwijoyo. 1992. Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Depdikbud. Jakarta
- Hadi, Sutrisno. 1984. Metodologi Research Jilid I, II, III UGM. Yogyakarta
- Kartini, Kartono. 1986. Pengantar Metodologi Riset Sosial. Alumni. Bandung.
- Kravitz, Len. 2001. Panduan Lengkap BUGAR TOTAL. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Nurhasan.1991. Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Diklat Fakultas Pendidikan Olahraga dan kesehatan. IKIP. Bandung.
- Pekik, Irianto. 2000. Panduan Latihan Kebugaran. Lukman Offset. Yogyakarta.
- Said, Hasan. 1980. Erobika Kegiatan Sehari-hari Demi Hidup Sehat. Balai Pustaka. Jakarta.
- Suharto, dkk. 2000. Ketahuilah Tingkat Kesegaran Jasmani Anda. Depdiknas. Jakarta.
- Sumodisardjono, Sadoso. 1988. Pengetahuan Praktis Kesehatan dan Olahraga. PT. Gramedia. Jakarta.

Surakhmat, Winarno. 1990. Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar. Metode, Teknik. Tarsito. Bandung.

Suyudi, Imsm. 1997. Olahraga I. Departemen P dan K.. Jakarta.

Universitas Lampung. 1996. Pedoman Penulisan Karya Ilmiah. Unila Press. Bandar Lampung.

Yandianto. 1988. Kamus Umum Bahasa Indonesia. Balai Pustaka. Jakarta.

LAMPIRAN