

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Jakarta :Rineka Cipta.
- Arsil. 2008. *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan .Universitas Negeri Padang.
- Depdiknas.1999. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Remaja Umur 13-15 Tahun*. Jakarta :Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Depdiknas. 2002. *Tingkat Kesegaran Jasmani Anda*. Jakarta :Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani
- Harsono, 2001 . *Latihan Kesegaran jasmani*. Bandung: Depdikbud. Dirjen Pendidikan Tinggi P2LPTK.
- Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta :Sebelas Maret University Press.
- Iswanto, Ari. 2015. Peningkatan Kesegaran Jasmani Dengan Metode Permainan Beregu Pada Siswa Kelas V SDM Condong Catur Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Volume 7 Nomor 2 Edisi Desember. 1125-1187.
- Komarudin. 2016. *Pendidikan jasmani dan olahraga* bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Luxbacher, Joshep. 2004. *Seak Bola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Penjas Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sajoto.M. 1995. *Peningkatan Dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olah Raga*. Semarang : Dhara Prize.
- Sridadi dan Sudarna. 2011. Pengaruh *Circuit Training* Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri Caturtunggal 3. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 8 Nomor 2. November 100-105.
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukmadinata, nana. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rordakarya.
- Syafruddin. 2011. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga, Teori dan Aplikasinya dalam Pembinaan Olahraga*. Padang: FIK-UNP.

Undang-Undang RI No 3.2005.Tantang Sistem Keolahragaan Nasional, Bandung:Penerbit Citra Umbara.

Wiarto, giri. 2013. Fisiologi dan Olahraga. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Widiyastuti.2011. *Tes Dan Pengukuran Olah Raga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya

Wio Bei, Wiljiwianus Primus. 2017. Pengaruh latihan Lari Zig Zag, Lari Bolak-Balik, Push-Up dengan Pola Circuit Training Terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMAN I SOA. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*. Volume 3 Nomor 2. 203-215.

Zulraflia. Turimin dan Muspita. 2016. Kontribusi Tingkat Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Penjas (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2013 FKIP UIR Pekanbaru). *Jurnal Sport Area*. Volume 1 Nomor 2. 73-83.

