

DAFTAR PUSTAKA

- Physycal Education And Computer Science in Sport. Vol 11. No. 1. PP152-153
- Lubis J. 2013. Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan. PT Rajagrafindo Persada
- Harmandeep, Singh. 2015. "Effects of SixWeek Plyometrics on Vertical Jumping Ability of Volleyball Players". Journal of Physical Education Sciences. Vol. 3 No. 4 PP 1-4
- Nurhasan. 2011. Menjaga Kebugaran Jasmani. Gresik Jawa Timur: Abil Pustak
- Sukadiyanto. 2011. Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: CV. Lubuk Agung.
- Maksum, Ali. 2012. Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: unesa university press.
- Lubis J. 2013. Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan. PT Rajagrafindo Persada
- Arikunto, S. 2010. *Managemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Hartono. S, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya : Unesa University Press
- Mahardika, I . M . S . 2010. *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya : Unesa University Press.
- Maksum, Ali, Dr. 2007, *Buku Ajar Mata Kuliah Statistika dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press
- Maksum. A. 2012. *Metodologi Penelitian dalam olahraga*. Surabaya :Unesa University Press
- Nuhasan, dkk. 2005. *Petunjuk praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya : Unesa University Press.
- Sugiyono, Prof. Dr. 2013. *Metode Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sunardi, H. 2004. *STATISTIKA*. Surabaya : Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Physycal Education And Computer Science in Sport. Vol 11. No. 1. PP152-153

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian satuan Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Jakarta : PT. Rineka Cipta

[Http://olagragasport.com/2013/06/keuntungan-aktivitas-jasmani-secara.html](http://olagragasport.com/2013/06/keuntungan-aktivitas-jasmani-secara.html)

diakses 24 Januari 2014

[Http://uharsputra.wordpress.com/2007/06/08/dunia-pesantren/DuniaPesantren](http://uharsputra.wordpress.com/2007/06/08/dunia-pesantren/DuniaPesantren).

diakses 24 Januari 2014

Maksum, Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya

Maksum, Ali. 2008. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya.

Maksum, Ali. 2012. *Buku Ajar Mata Kuliah Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : FIK – Universitas Negeri Surabaya

Nurhasan, 2005. *Petunjuk Praktis Pendidikan Jasmani*. Surabaya : Unesa University Press.

Nurhasan, 2011. *Tips Praktis Menjaga Kebugaran Jasmani*. Surabaya : Unesa University Press.

Sriundy M, I Made (2008). *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya : Isori Jawa Timur.

Muhajir. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga

Kemendiknas. (2010). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya

Nurhasan Hasanudin Cholil. 2007. *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Jurusan Pendidikan kepelatihan: UPI: Bandung.

Andi Suntoda, dkk. (2013) *.Tes Pengukuran Pendidikan Jasmani*. Bandung: FPOK UPI.

Agung Sunarno. (2012). *Tes, Pengukuran dan Evaluasi Keolahragaan*. Medan. Fakultas Ilmu Keolahragaan

- Sriundy M, I Made (2008). *Pengantar Evaluasi Pengajaran*. Surabaya : Isori Jawa Timur
- Hartono.S, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Iman, Asjikin H. Dachlan. 2013. *Pedoman Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Didik melalui Upaya Kesehatan Sekolah*. Jakarta: Kemenkes.
- Permana, Rahmat. 2016. “Penguasaan Rangkaian Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) Melalui Diskusi Dan Simulasi”. *Jurnal Refleksi Edukatika*. Vol. 6 (2): hal 119-129.
- Ismaryati. 2006. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Ghalia Indonesia.
- Janah, Roudhotul. 2017. “Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN Lidah Wetan IV/566 Kecamatan Lakarsantri Surabaya”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Vol 07 (3): hal 90-96.
- Maksum, Ali. 2007. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Krisnawanto,Huda.2013.*Kebugaran,Jasmani(Online)*.Tersedia:
(<http://blog.uad.ac.id/huda12005050/2013/10/04/kebugaran-jasmani/>, diakses 24 maret 2015).
- Janah, Roudhotul. 2017. “Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani pada Anak Usia 10-12 Tahun di SDN Lidah Wetan IV/566 Kecamatan Lakarsantri Surabaya”. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Vol 07 (3): hal 90-96.
- Maksum, Ali. 2007. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2018. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa

- Burns, R.D., Fu, Y., Brusseau, T.A., Nolle, K.C & Yang,Wei 2018. "Relationships among physical activity, sleep duration, diet, and academic achievement in a sample of adolescents". *Journal of Preventive Medicine Report*". Vol. 12:hal.71-74
- Hartono 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Aboshkair, K. A., Amri S.B., Yee, K.L., & Samah, B.B.A. 2012. "Factors Affecting Levels of Health-Related Physical Fitness in Secondary School Students in Selangor, Malaysia". *Journal of Basic and Applied Science*. Vol. 8: hal.202-216
- Karak, K., Jana, M., & Manna, A. "Effect of yoga on Anthropometrical and physiological International journal of physical education, sport and health. Vol. 2:hal.245-249
- Kementrian Pendidikan Nasional. 2010. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Maksum, Ali. 2018. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Burns, R.D., Fu, Y., Brusseau, T.A., Nolle, K.C & Yang,Wei 2018. "Relationships among physical activity, sleep duration, diet, and academic achievement in a sample of adolescents". *Journal of Preventive Medicine Report*". Vol. 12:hal.71-74
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Depdiknas: Jakarta.
- Widiastuti.2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Maksum, Ali. 2018. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Burns, R.D., Fu, Y., Brusseau, T.A., Nolle, K.C & Yang,Wei 2018. "Relationships among physical activity, sleep duration, diet, and academic achievement in a sample of adolescents". *Journal of Preventive Medicine Report*". Vol. 12:hal.71-74