DAFTAR PUSTAKA

Amir Hamzah Nasution. (1993). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.

B. Suryosubroto. (1990). *Beberapa Aspek Dasar-Dasar Kepemimpinan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Djoko P. I. (2000). *Panduan Latihan Kebugaran (yang efektif dan aman).* Yogyakarta : Lukman Offset.

_____(2004). *Pedoman Praktis Berolahraga.* Yogyakarta.

Effriani Yulia. (2003). *Pengaruh Senam Aerobil Tiga Kali Seminggu Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SD Muhammadiyah I Ngupasan Yogyakarta.*Skripsi.Yogyakarta: FIK UNY.

Engkos Kokasih.(1985). O*lahraga dan Teknik Program Latihan*. Jakarta: Pustaka Kartini.

Harsiadi. (2009). *Kelentukan (Fleksibilitas). Artikel(Online).* Diakses dari http://adigheger06.blogspot.com, pada tanggal 29 Juni 2016 pada pukul 19.43 WIB.

Len Kravitz alih bahasa Sadoso Sumosardjuno. (2001). *Panduan Lengkap Bugar Total.* Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Lutan Rusli.,dkk. (2001). *Pendidikan Kesegaran Jasmani Oroentasi Pembinanaan di Sepanjang Hayat* .Yogyakarta: FIK UNY.

_____(2002). *Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode.* Jakarta : P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud.

Mochamad Sadjoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*.

Jakarta: FPOK IKIP Semarang.

Nurhasan. (2015). *Aktifitas Kebugaran.* Jakarta : Depdiknas.

Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.(2010). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia.*Jakarta.

Sadoso Sumosardjuno. (1992). *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga.* Jakarta : Gramedia.

Sri Budyartati. (2014). *Problematika Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Yogyakarta : CV Budi Utama.

Subhan Hasan. (2009). *Pengaruh Sirkuit Training Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMK Panca Bhakti Banjarnegara*. Skripsi : FIK – UNY.

Suharjana. (2008). *Pendidikan Kesegaran Jasmani.* Yogyakarta : FIK UNY.

Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

_____(2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sardjono. (1980). *Studi Perbandingan Antara Metode Latihan Aerobik Dengan Metode Latihan Sirkuit Dalam Meningkatkan Kesegaran Jasmani*. Jurnal. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Suryanto, dan Panggung Sutopo. (2006). *Penilaian Tes Kesegaran Jasmani Dengan ACSPFT Dan TKJI.* Medikora. Vol. II, No. 2, Oktober.

Toho Cholik Mutohir dan Ali Maksum. (2007). *SportDevelopment Index.* Jakarta : PT Indeks.

Wina Sanjaya. (2009). *Penelitian Tindakan Kelas.* Jakarta : Kencana.