

## DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI, Petunjuk Teknis Kebugan Jasmani, 2005.
- Hitan, Rusli dan Adang Suherman, Pengukuran dan Evaluasi Penjaskes.
- Junjuran, R.abd askar, Buku pedoman tentang kondisi fisik olahragawan. Jakarta: kom. pusat,1982.
- Nazir, Moh., Metode Penelitian. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2005.
- Rakasima, Mahmud Fadli, "Kaleidoskop Perjalanan BNP2TKI 2007-2012", Pusat Penelitian dan Informasi (Puslifo) Badan Nasional Penempatan dan Perlindungan Tenaga Kerja Indonesia, 2013.
- Sajono, M., Peningkatan dan pembinaan kekuatan kondisi fisik dalam olahraga. Semarang : Daharja prize, 1995.
- Sudarno, Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Pustaka dan kartini, 1992.
- Sudjana, Metode Statistik. Bandung: Tarsito, 1996.
- Suharsimi, Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: PT Rineke Cipta, 1980.
- Sutopo, Arie.S., dan Alma Permana Lestari, Buku Penuntun Praktikum Ilmu Faal Kerja (*Ergofisiologi*).
- Undang-Undang Nomor 39 Tahun 2004 tentang Penempatan dan Perlindungan Tenaga Kerja Indonesia di Luar Negeri.
- Widiastuti, Tes dan Pengukuran Olahraga. Jakarta: Bumi Timur Jaya, 2011.
- <https://anthosaputra.wordpress.com/2013/01/03/tes-kebugaran-jasmani/>.
- <http://cyberblogsz.blogspot.co.id/2013/07/kebugaran-jasmani.html>.
- [http://eprints.undip.ac.id/44910/3/ZEGA\\_YUDAMA\\_ARCHILONA\\_22010110110043\\_BAB2KTI.pdf](http://eprints.undip.ac.id/44910/3/ZEGA_YUDAMA_ARCHILONA_22010110110043_BAB2KTI.pdf).
- <http://fithriazni.blogspot.co.id/2011/06/pentingnya-kesehatan-tubuh-secara.html>.
- [http://id.wikipedia.org/wiki/Tenaga\\_Kerja\\_Indonesia](http://id.wikipedia.org/wiki/Tenaga_Kerja_Indonesia).
- <https://luthfi123.wordpress.com/2010/04/25/kebugaran-jasmani/>.

<http://rca71.blogspot.com/2012/09/makalah-kebugaran-jasmani.html>.

<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/31463/4/Chapter%20II.pdf>.

<http://www.pengertiandefinisi.net>, *pengertian kesegaran jasmani*.

[www.pusatbahasa.go.id](http://www.pusatbahasa.go.id), *Bear Bahasa Indonesia Dalam Jaringan*, pusat bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2012.