

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudjiono. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Yogyakarta: Andi, 2000
- Arie Sutopo. *Buku Penuntun Praktikum Ilmu Faal Dasar Kerja*. Jakarta: FIK UNJ, 2002.
- Astra Parahita. *Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Daya Tahan Otot pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Searang Usia 9-12 Tahun*. Semarang: Laporan Penelitian Universitas Diponegoro, 2009.
- Astrand M. D. *Text Book of Work Physiology*. Sydney: Student Edition, 1970.
- Bompa, Tudor O. *Periodization Theory and Methodology of Training*. New York: Human Kinetics, 1999.
- Dangsina Moeloek dan Arjatmo Tjokronegoro. *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 1984.
- Dede Kusuma, FFAC. *Olahraga untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung*. Jakarta: FKUI, 1997.
- Depdiknas. *Pedoman dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga bagi Pelatihan Olahragawan Pelajar*. Jakarta: Depdiknas, 2000.
- Ganong, William F. *Fisiologi kedokteran*. Jakarta: Terjemahan Adji Dharma : EGC Penerbit Buku Kedokteran, 1983.
- Giri Wiarso. *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013.
- Hannam S. *Women's Basketball Jump Training Circuit*. Indiana 47405: Departement Indiana University, Assembly Hall Boomington, 1985.
- Hernawati. *Produksi Asam Laktat pada Exercice Aerobik dan Anaerobik*. Jurusan Pendidikan Biologi, FPMIPA Universitas Pendidikan Indonesia
- Jansen, Peter G.J.M. *Latihan Laktat Denyut Nadi*. Jakarta: Pustaka Utama Grafiti, 1993.

- KEMENKES. *Peningkatan Kebugaran Jasmani di Tempat Kerja*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Kerja dan Olahraga, 2012.
- Ibnu Masud. *Dasar-dasar Fisiologi Kardiovaskuler*. Jakarta: EGC Penerbit Buku Kedokteran, 1989.
- Pearce, Evelyn C. *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedis*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1992.
- Pusat pembinaan Pengembangan Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Cetakan 3*. Jakarta: Balai Pustaka, 1990.
- S. Nasution. *Metodelogi Research*. Jakarta: Bumi Aksara, 2002.
- Sadoso Sumosardjono. *Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Kartini, 1989.
- . *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1990.
- . *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga 2*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1993.
- . *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga 3*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1993.
- . *Pencegahan dan Penyembuhan Penyakit Jantung Koroner*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Schurink, Johan dan Sjouk Tel. *Joging Terjemahan Soeparmo*. Jakarta: PT. Rosda Jayaputra Offset, 1987.
- Sherwood, Lauralee. *Fisiologi Manusia Edisi 2*. Jakarta: EGC, 2001.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta, 2011.
- Suyanto M. *Strategi Periklanan pada E-Commerce Perusahaan Top Dunia*. Yogyakarta: Amikom.
- Tangkudung, James. *Ilmu Faal (Fisiologi)*. Jakarta: Cerdas Jaya, 2006.

Tjaliek Soegiarto. *Ilmu Faal*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan, 1992.

Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 2002.

Yudha M Saputra. *Dasar-dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga, 2001.

AEEROBIK.BLOGSPOT, "Definisi Aerobik", AEEROBIK.BLOGSPOT.COM;
<http://aeerobik.blogspot.com/2011/11/definisi-aerobik.html>
(diakses pada 26 April 2015)

AGARICPRO, "Berapa Tekanan Darah yang Normal", AGARICPRO.COM;
<http://www.agaricpro.com/berapa-tekanan-darah-yang-normal/>
(diakses pada 24 Juni 2015)

DOKTERSEHAT, "Manfaat Olahraga Lompat Tali Skipping",
DOKTERSEHAT.COM;
<http://doktersehat.com/manfaat-olahraga-lompat-tali-skipping> (diakses
pada 24 Juni 2015)

DUNIAFITNES, "Lompat Tali", DUNIAFITNES.COM;
<http://duniafitnes.com/fal-los/lompat-tali> (diakses pada 30 Juni 2015)

HAI-ONLINE, "Articles", HAI-ONLINE.COM;
<http://www.hai-online.com/articles.asp?cat=0109&artID=116&M=S>
(diakses pada 30 Juni 2015)

KOTABIRU.BLOGSPOT, "Sistem Energi Aerobik dan Anaerobik",
KOTABIRU.COM;
<http://kotabiru.blogspot.com/2014/05/sistem-energi-aerobik-dan-anaerobik.html> (diakses pada 30 Juni 2015)

TIPSCARAMANFAAT, “Manfaat Joging Bagi Kesehatan”, TIPSCARA
MANFAAT.COM;

<http://www.tipscaramanfaat.com/manfaat-jogging-bagi-kesehatan-577.html> (diakses pada 24 Juni 2015)

WIKIPEDIA, “Skipping Rope”, WIKIPEDIA.COM;

http://en.wikipedia.org/wiki/Skipping_rope (diakses pada 18 Maret 2015)

-----, “Atlet”, WIKIPEDIA.COM;

<http://www.id.wikipedia.org/wiki/atlet> (diakses pada 23 Maret 2015)