

DAFTAR PUSTAKA

- Arif S. Sadiman. Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya. Jakarta: Pustekom Dikbud, 2003.
- Budiono, Kamus lengkap Bahasa Indonesia, (Surabaya: Karya Agung, 2005).
- Bouchard, Clude, Jean Brunella Paul G. Kualitas dan latihan Terjemahan M. Soebroto, (Jakarta .Depdikbud, 1977).
- Bompa. Tudor O. Bompa, "*Theory and Methodology of Training*". (Human Kinetics:1999).
- Brumstrom L.Don Lehnkuhl, Klinikal Kinesiologi (philadelphia : FA. Davis Company, 1987).
- Dumadi, Dwijowinoto, Kasiyo,Renang Materi Metode Penilaian, depdikbud, 1992
- Harsono, Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching, Jakarta, 1988
- Harsono, Ilmu Coacing, (pusat Ilmu Olahraga, KONI Pusat).
- JH Wildmore DL Costill, Training for Sport and Activity (Iowa : Wm.c Brown Publisher, 1988).
- Joko, (http://www.geocities.com/dwijoes/penelitian_pengembangan.html)
- Maglischo, Ernes W. Swimming Even Fater (California : Mayfield Pulishing Company, 1993).
- M. Sajoto, Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga (Semarang : Dahara Prize, 1995).
- Moh. Nazir, 2011 Metode penelitian, Cet.7. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Sunarmo, Agung dan Syaifullah D. Sihombing. "*Metode Penelitian Keolahragaan* (Surakarta: Yuma Pustaka, 2011).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung:Alfabeta,2008).

Verlag Karl Hofmann. Dictionary Sport Science (International Editorial Staff, Schondorof 1987).

Wibowo. Hardianto, Myologi (Jakarta : FPOK IKIP Jakarta 1988)

www.nscs-lift.org/perform (Diakses Pada tanggal 02 februari 2015, pada pukul 20.07 WIB).

www.aokhealth.com (diakses pada tanggal 02 Februari 2015, pada pukul 20.10 WIB).