

DAFTAR PUSTAKA

- Agustavian dan Hartati. (2013). Perbedaan Bersepeda dan Berjalan Kaki Ke Sekolah terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa (Studi pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Sempu Kabupaten Banyuwangi). *Jurnal Pendidikan olahraga dan Kesehatan*. Volume 01 Nomor 01. pp 125-131.
- Ahmadi, Abu dan Nur Uhbiyati. (2013). *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ananda, Rusydi dan Fadhli Muhammad. (2018). *Statistik Pendidikan (Teori Dan Praktik Dalam Pendidikan)*. Medan: Widya Pustaka.
- Anas Sudijono. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Arifandy, A., Hariyanto, E., & Wahyudi, U. (2021). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMP. *Sport Science and Health*. Volume 3. Nomor 5. pp 218-234.
- Arikunto. (2015). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Awali, M. (2019). Tingkat kebugaran jasmani siswa ekstrakurikuler bola basket MAN 1 Pagaram. *Jurnal Penjaskesrek STKIP Mega Rezky Makassar*. Volume 5. Nomor 2. pp 8-17.
- Barus, J. B. N. (2020). Tingkat Daya Tahan Aerobik (Vo₂max) Siswa Ekstrakurikuler Gulat di SMA Negeri 1 Barusjahe Kabupaten Karo. Kinestetik: *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. Volume 4. Nomor 1. 108-116.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Budiwanto, S. (2017). *Metode Statistika*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Dewi Setya Maharani. (2021). *Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra Dan Putri Di MAN 2 Kulon Progo Selama Pandemi Covid-19*. (Skripsi). Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Doni Farisa dkk. (2017). Evaluasi Kekuatan Otot Lengan Petani Kelapa Sawit Kecamatan Simpang Kanan Kabupaten Aceh Singkil. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*. Volume 3. Nomor 2. pp 105-115.
- Faisal, Sanafiah. (2012). *Fomat-Format Penelitian Sosial*. Jakarta: Rajawali Pres.

- Fikri, A. (2018). Studi Tentang Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Penjaskes STKIP PGRI Lubuklinggau. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Volume 1. Nomor 2. pp 74-83.
- Hartanto, T., Gani, R. A., & Resita, C. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Futsal di Sekolah Menengah Atas Kabupaten Karawang. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*. Volume 9. Nomor 2. pp 133-143.
- Henjilito, R. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Kelas II di SMA N 1 Bangkinang Kabupaten Kampar. *Jurnal Penjajora*. Volume 6. Nomor 1. pp 42-49.
- Hidayat, T., Hudah, M. & Zhannisa, U. H. (2020). Survey Minat Masyarakat Untuk Olahraga Rekreasi Bersepeda Pada Masa Pandemi Covid-19 di Kabupaten Demak. *Journal of Physical Activity and Sports*. Volume 1. Nomor 1. pp 80-88.
- Hijrin Fitroni. (2021). Minat Masyarakat dalam Menggunakan Sepeda Lipat untuk Olahraga Rekreasi di Kota Surabaya. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Volume 11. Nomor 1.
- Ibnu Darmawan. (2014). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *JIP*. Volume 7. Nomor 2. pp 143-154
- Indrawan, R, Yaniawati, P. (2016). *Metodologi Penelitian*. Bandung: Refika Aditama.
- Khairunnisa Nurrahmah. (2021). Tren Keluarga Bersepeda di Era New Normal. *Az-Zahra: Journal of Gender and Family Studies*. Volume.1 Nomor 2. pp 106-118.
- Kurdi, K. (2020). Hubungan Kecepatan Reaksi Tangan Dan Koordinasi Mata Tangan Pada Servis Tenis Lapangan Mahasiswa Universitas Cenderawasih. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*. Volume 5. Nomor 1. pp 22-27.
- Lisiswanti R, C. R. (2016). Aktivitas fisik dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah pada Diabetes Melitus Tipe 2. *Majority*. Volume 5. Nomor 3. pp 140-144.
- Lisiswanti R, Sanusi R, Prihatiningsih TS. (2015). Hubungan Motivasi Dan Hasil Belajar Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. Volume 4. Nomor 1. pp 1-6.
- Mekayanti, A., & Indrayani, K. D. (2015). Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), Dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan Dengan Menggunakan "Secret Method". *Jurnal Virgin*. Volume 1. Nomor 1.

- Mohammad Annas. (2012). Hubungan Kebugaran Jasmani, Hemoglobin, Status Gizi, dan Makan Pagi terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. Volume 1. Edisi 2.
- Muchlisin, <https://www.kajianpustaka.com/2020/08/sepeda.html>
- Munafisah. (2019). *Mengenal Olahraga Balap Sepeda*. Tangerang: Loka Aksara.
- Palmizal, P. (2020). Pengaruh variasi tendangan terhadap peningkatan akurasi tendangan lingkaran dalam atlet tarung derajat Kurata II Satuan Latihan Koni Kota Jambi. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*. Volume 3. Nomor 1. pp 40-50.
- Pratiwi, E., & Prayoga, H. D. (2019). Analisis Kecepatan Reaksi Pada Atlet Bolavoli UNISKA. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*. Volume 2. Nomor 1. pp 1-8.
- Rahayu, E.T. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Romadhon, S. akbar, & Rustiadi, T. (2017). Motivasi dan Minat Masyarakat Dalam Berolahraga Sepeda di Kota Semarang. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*. Volume 6. Nomor 3. pp 177-182.
- Sinuraya, J. F., & Barus, J. B. N. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga Tahun Akademik 2019/2020 Universitas Quality Berastagi. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. Volume 4. Nomor 1. pp 23- 32.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sumaryoto dan Soni Nopembri. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Kemendikbud.
- Tanzeh, Ahmad. (2013). *Metode Penelitian Praktis*. Yogyakarta: Teras.
- Wantona, D., Ifwandi, I., & Amir, N. (2016). Evaluasi tingkat kebugaran jasmani petani kopi di Kecamatan Bandar Kabupaten Bener Meriah Tahun 2015. *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*. Volume 2. Nomor 4.
- Warni, H., Arifin, R., & Bastian, R. A. (2017). Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola.

Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Volume 16.
Nomor 2. pp 121–126.

Wiarso. (2015). *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan Dan Kebugaran*.
Yogyakarta: Graha Ilmu.