

DAFTAR PUSTAKA

- Al Fakhi, S., & Barlian, E. (2019). Kontribusi kecepatan reaksi dan kekuatan otot lengan terhadap kemampuan pukulan backhand tenis lapangan. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(02), 137–143.
- Ali, M. A., Rival, A. R., & Ritonga, A. R. (2015). Pengaruh Senam High Impact Dengan Beban Terhadap Peningkatan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Jakarta III. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 3(1), 91–109.
- Apriantoro. (2014). Pengaruh Latihan Small Side Game Terhadap Peningkatan Vo2 Max Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 4 Sleman. *Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNiversitas Negeri Yogyakarta*.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian*. PT.Rineka Cipta.
- Badriah, D. L. (2009). Fisiologi olahraga edisi II. *Bandung: Multazam*.
- Dinata, M. (2004). Senam Aerobik Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Lampung: Cerdas Jaya*.
- Harsono. (2017). *Periodisasi Program Pelatih*. PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik* (P. Latifah (ed.)). PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Kusnadi, Nanang, dan H. (2014). *Bahan Ajar Ilmu Kepelatihan Dasar*.
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56–61.
- Mikdar, U. Z. (2006). Hidup sehat: nilai inti berolahraga. *Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi, Direktorat Ketenagaan*.
- Monasterio, E., Alamri, Y. A., & Mei-Dan, O. (2014). Personality characteristics in a population of mountain climbers. *Wilderness & Environmental Medicine*, 25(2), 214–219.

- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. CV,ALFABETA.
- Nanang Kusnadi, H. H. (2015). *Lembar Kerja dan Ilmu Kepeleatihan Lanjutan*. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Universitas Siliwangi.
- Narlan, A. D. T. J. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga*. Deepublish.
- Pomfret, G. (2006). Mountaineering adventure tourists: a conceptual framework for research. *Tourism Management*, 27(1), 113–123.
- Pratiwi, I. (2015). Sekolah Renang di Kota Semarang Dengan Penekanan Design Sustainable Architecture. *Canopy: Journal of Architecture*, 4(2).
- Santoso, D. A. (2016). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmaniatlet Bolavoliputriuniversitas Pgribanyuwangi. *Jurnal Kejaora (Kesehatan JasmaniDanOlahRaga)* Setiati, S. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Interna Publishing*. Jakarta.
- Solahudin, E. R. (2013). *Perbedaan Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Dan Kompetitif Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Bolabasket: Studi Eksperimen Pada Siswa Putra di SMP Negeri 1 Cimanggung Kab. Sumedang*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. CV,ALFABETA.
- Wisesa, D. A. (2013). *Pengaruh Latihan Small Side Game 4 v 4 dan 6 v 6 Terhadap Peningkatan Aerobik Tim Sepakbola UKM UNY*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Online.