

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran.(2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik*. Medan: Unimed Press
- Bompa, Tudor. (1999). *Peridezation., Theory and Methodology of Tarining. 4 thEdition, Human Kinetics, USA.*
- Bompa,Tudor.(2009)*Theory and Methodology of Training.Toronoto:Kendal Hunt Publishing Company*
- Dennison, D., Sriwahyuni, E., & Wardhani, V. (2003).*Pengaruh Gaya Berenang (Gaya Bebas Dan Gaya Dada) Terhadap Perubahan Volume Oksigen Maksimum.* Jurnal Kedokteran Brawijaya, Vol 19, No 2 (2003), <https://jkb.ub.ac.id/index.php/jkb/article/view/200>
- FINA (2005) *Peraturan Renang* 2005-2009 Jakarta FINA
- Harsono.(2001). *Latihan Kondisi Fisik. Bandung:* Senerai Pustaka.
- Harsono (2015).*Kepelatihan Olahraga*.Bandung :PT REMAJA ROSDAKARYA
- Hasibuan, N. (2017). PENGEMBANGAN BAHAN AJAR MATA KULIAH RENANG DASAR DI FIK UNIMED. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 16 (2), Juli – Desember 2017: 9-18*
- Irawan,Dedy, Nidomuddin, Muhammad. 2017.*Hubungan Kekuatan Otot LenganDan Otot Tungkai Dengan Prestasi Renang Gaya Dada 50 Meter*.Vol 1 No 1 (2017): Jp.jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)<http://ejurnal.budiutomomalang.ac.id/index.php/jpjok/article/view/251>
- Karnadi, Indik, dkk. 2008. *Renang*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Kamal, Muhammad,2011,*Pendidikan Ketangkasan Renang*.Jakarta :CV. Ghina Walafafa.
- Lutan, Rusli. (2003). Self Esteem: *Landasan Kepribadian*. Jakarta: Bagian ProyekPeningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.*Long Term Swimmer Development Model-Swimming Canada*<https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/12/ltad.pdf>
- Maulidin.(2014) *Belajar Renang*. Mataram: Lembaga Penerbit GENIUS
- Mulyawati, Marijo, dan Indraswari, (2018). *Korelasi antara Panjang Lengan dan Tungkai dengan Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 meter* (Studi pada klub renang SPECTRUM Semarang)

- Miftah Qutoriki Rohmah & Mochamad Purnomo. (2018) *Pengaruh Latihan Chest Press Resistance Band Dan Push Up Terhadap Kekuatan Otot Lengan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya*. Dalam Jurnal Prestasi Olahraga 1(4)1-16.
- Nurkadri.(2017).*PerencanaanLatihan*.JurnalprestasiFakultasIlmuKeolahragaan.Universitas NegeriMedan.Vol.1 No. 2. P-ISSN : 2549-9394 e-ISSN : 2579-7093.
- Syam Nadwi.dkk.2000. *Pedoman Mengajar Dan Melatih Renang*. Universitas Negeri Makassar.
- Sukadiyanto. 2010. *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik* . Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharjana.(2007). *Latihan Beban*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugito.2013 *Korelasi Antara Kekuatan Otot Lengan Dan Otot Kaki Dengan Kemampuan Renang Gaya Dada 50 Meter Pada Mahasiswa Putra Jurusan Penjaskesrek Fkip Unp Kediri*.Jurnal Patriot Volume 2 Nomor 1, Tahun 2020file:///C:/Users/ASUS%20PC/Downloads/559-Article%20Text-1626-1-10-20200713.pdf
- Sudjana.(2012). *Metode Statistika*.Tarsito. Bandung.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung.
- Wirasasmita R. 2014. *Ilmu urai Olahraga II optimalisasi Pengembangan Kemampuan Memulai Konsepsi Keolahragaan*”. Bandung: Alfabeta.
- Zulfan Heri, Nustan Hasibuan (2017): *Pengembangan BahanAjar Mata Kuliah Renang Dasar Di FIK UNIMED*Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 16 (2) Juli – Desember 2017: 9-18