

## DAFTAR PUSTAKA

Drajat . A. 2003.*Tarung Derajat Pribadi Mandiri*. Peraturan Dan Pelatihan Tarung Derajat Tingkat Pelatihan Kodrat Se-Indonesia. Jakarta.

Furchan. 1982. *Penelitian Deskriptif*.

( [http // www.duniabelajar.com](http://www.duniabelajar.com) )

( [http // www.kumpulan-artikel-olahraga.com](http://www.kumpulan-artikel-olahraga.com) )

( [http // www.verticaljumpcenter.com](http://www.verticaljumpcenter.com) )

( [http : // www.pullupcenter.com](http://www.pullupcenter.com) )

( [http // www.zymmykodrat.com](http://www.zymmykodrat.com) )

Iskandar, dkk.1994. *Kesegaran Jasmani*

Kementerian Pendidikan Nasional . 2010.*Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*

Muhajir . 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk SMK*. Bandung :  
Yudhistira

Mukholid . A . 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk SMA Kelas XI* .  
Surakarta: Yudhistira.

Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta : Erlangga.

Sudarno. 1992. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Departeman Pendidikan Dan Kebudayaan.  
Jakarta.

Sudjana .1992. *Metode Statistika*. Tarsito; Bandung.

Suharto. 2000. *Pendidikan Kesegaran Jasmani*