

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologi*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Koger, Robert L. (2005). *Latihan Dasar Andal Sepakbola Remaja*. The McGraw-Hill Companies : USA
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar – Dasar Sepakbola*. Pakar Raya: Eastern Oregon University.
- Nossek, Yosef. (1982). *Teri Umum Latihan*. African: Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Nurhasan. (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip – Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Ditjen Pendidikan Dasar dan Menengah bekerjasama dengan Ditjen Olahraga.
- Sajoto, Mochamad. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudjana, (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sunarmo, Agung. (2011). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta: Yuma Pustaka
- www.en.wikipedia.org/wiki/High-intensity-interval-training diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.lww.com/acsmmsse/Fulltext/1996/10000/Effectsofmoderateintensityenduranceand.18.aspx diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.lww.com/acsmmsse/Fulltext/1997/03000/Metabolic_profile_of_high_intensity_intermittent.15.aspx diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.gb.tabataofficial.com/the-science diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.ritsumei.ac.jp/eng/html/research/areas/featresearchers/interview/izumi_t.html/ diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.tabataprotocol.com/ diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.12minuteathlete.com/tabata-training/ diakses pada tanggal 19 September 2015
- www.educationandsportcenter.co.id/2012/12/multistage-fitness-test-orbleep-test.html diakses pada tanggal 19 September 2015

www.brianmac.co.uk/vo2max.htm diakses pada tanggal 19 September 2015

www.brianmac.co.uk/msftable.htm diakses pada tanggal 19 September 2015

www.hiithighintensityintervaltraining.ga/2015/03/pengukuranvo2maxdenn-multi-stage.html diakses pada tanggal 19 September 2015



THE
Character Building
UNIVERSITY