

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran (2013). *Dasar-dasar Melatih Fisik Olahraga*. Medan : UNIMED Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta, Rineka Cipta.
- Budiwanto Setyo ( 2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang : UM Press.
- Harsono, (1988). *Choaching Dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Choaching*. Bandung, Tombak Kusuma.
- [Http://id.m.wikipedia.org/wiki/futsal](http://id.m.wikipedia.org/wiki/futsal) (dilihat rabu 2 november 2016)
- <http://nazhifgifari.blogspot.co.id/2013/10/bleep-test.html?m=1>
- <http://pakguruolahraga.blogspot.co.id/2013/06/hakikat-futsal.html>
- Jaya, Asmar (2008). *Futsal: Gaya hidup, peraturan dan Tips-Tips Permainan*. Yogyakarta : Pustaka Timur.
- Jurnal e-Biomedik (eBM),Volume 1, Nomor 2, Juli 2013. *Pengaruh Latihan Fisik Aerobik Terhadap VO2Max Pada Mahasiswa Pria Dengan Berat Badan Lebih (Overweight)*
- Murhananto (2006). *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta:Kawan Pustaka.
- [majalahkesehatan.com/kalkulator-denyut-jantung-latihan/?lema=5811](http://majalahkesehatan.com/kalkulator-denyut-jantung-latihan/?lema=5811)
- Pharmacon Junal Ilmiah Farmasi-UNSRAT vol 5 No.2 Mei 2016 ISSN 2302-2493. *Gambaran Kapasitas Vital Paru Dan Volume Oksigen Maksimum (VO2Max) Pada Atlet Sepakbola PS.BANK Sulutgo Di Kota Manado Tahun 2016*
- Sudjana.(1992). *Metode Statistik*. Bandung, Tarsito.
- Sudjana, (2005). *Metoda Statistika*. Bandung, Tarsito
- [www.footballscience.net/testing/aerobic-endurance/20m=multistage-shuttle-run-test-beep-test/?mobile=1](http://www.footballscience.net/testing/aerobic-endurance/20m=multistage-shuttle-run-test-beep-test/?mobile=1)
- [www.ikerenki.com/2013/12/pengertian-arti-makna-definisi-olahraga-menurut-ahli-pakar.html?m=1](http://www.ikerenki.com/2013/12/pengertian-arti-makna-definisi-olahraga-menurut-ahli-pakar.html?m=1)

Zega Yoepiter.(2016). *Pengaruh Variasi Kelincahan Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Pemain Futsal Ekstrakurikuler SMA YAPIM MABAR Tahun 2016, Unimed.*



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY