

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Amin (2014). *Kebugaran Jasmani Siswa Pendidikan Dasar dan Menengah di Jawa Barat*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan. Vol 20 No 2,
- Agusta Hendra. (2013). *Pola Gerak dalam Senam Irama*. Jakarta: IPA ABONG.
- Arikunto Suharsimi, 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Angga Wahyu dan Endang Sri (2018). *Survey Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa SMP Negeri 1 Sampang* (Studi pada siswa kelas VII). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Vol 06 No 02, 351-353.
- Arifin, Z. (2018). *Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V di MIN Donomulyo Kabupaten Malang*. Al-Mudarris. (Tersedia di repository UNNES).
- Bangun, Sabarudin. 2012. "Pembinaan Olahraga Nasional Menuju Indonesia Emas"<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=201259&val=6650&title=PEMBINAAN%20KEOLAHRAGAAN%20NASIONAL%20MENUJU%20INDONESIA%20EMAS>
- Bangun, Sabarudin. 2016. *Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia*. Publikasi Pendidikan: Jurnal Pemikiran, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Bidang Pendidikan. Volume: 6, Edisi: 3: 156-167.
- Bangun, S. Y. (2019). Tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri se-Kecamatan Bosar Maligas Kabupaten Simalungun Provinsi Sumatera Utara. *Journal of Sport Science and Education (JOSSAE)*, 4(1), 30–35. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jossae/article/view/4392>
- Bangun, S. Y., & Zaluku, J. (2019). Survey analisis tingkat kebugaran jasmani pelajar SMP di Pondok Pesantren Ta'dib Asyakirin Medan. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 9(3), 190–197.
- Barbara A. Dennison dkk (1988). *Childhood Physical Fitness Tests: Predictor of Adult Physical Activity Levels?*. *Pediatrics*. Vol 82 No 3
- Bowo, D., Suprayitno, & Valianto, B. (2020). *Analysis of Strategy for Superior Sporting Achievement in Binjai City in Supporting XIV North Sumatera POPDA*. Unimed International Conference on Sport Science.
- Depdikbud. 2011. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Balai Pustaka
- Depdiknas. 2008. *Kamus besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*. Jakarta: Gramedia Pustaka

- Fitriani. (2018). *Analisis Pengaruh Ukuran Perusahaan, Leverage dan Good Corporate Governance Terhadap Kinerja Keuangan* (Studi Kasus Perusahaan Sektor Utama di Bursa Efek Indonesia Tahun 2011-2016). *Jurnal Akuntansi & Keuangan Unja*, 3 (6).
- Handoko, A. H., Aufan, R., & Ginting, A. A. (2023). Pelatihan penggunaan kinesioping sebagai tindakan preventif dan rehabilitatif cedera pada atlet pelatda PON cabang olahraga atletik dan wushu Sumut. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 43–50. <https://doi.org/10.55081/jbpkm.v4i1.1440>
- Hariono, (2006). *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hidayah, N. (2018). Pengaruh latihan senam kebugaran jasmani (SKJ) terhadap tingkat kebugaran siswa kelas V di MIN Donomulyo Kabupaten Malang. *Al-Mudarris: Journal of Education*, 1(1), 22–29.
- Hidayat, (2015). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kamiso Albertus, 2013. *Pola Dasar Pembinaan Pemain Sepakbola*, Surakarta: Bina Ilmu.
- Howley, E.T dan Franks, B..D (1992). *Health Fitness, Instructor's Handbook South Australia* : Kinetics Publisher. Inc.
- Ibrahim, & Nasution, U. (2020). Model Latihan Blended Exercise untuk Kebugaran Jasmani. Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.
- I Kadek Happy Kardiawan (2013). *Pengaruh Pelatihan Olahraga Tradisional Bali Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*.Jilid 46No 2, 174-181.
- Karim . 2012. *Panduan Kesehatan Olahraga Bagi Petugas Kesehatan Tim Departemen Kesehatan*. Jakarta. Khomsan.
- Karin I. Prope dkk (2003). *The Effectiveness of Worksite Physical Activity Programs on Physical Activity, Physical Fitness, and Health*. *Clin J Sport Med*. Vol 13 No 2, 106 – 117.
- Kusmaedi, 2018. *Pedoman Praktis Berolahraga Untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi.
- Mahendra, (2017). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar Sebuah. Bandung: Alfabeta*.
- Margono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Maryam, dkk, 2013. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

- Marzuki, dkk. (2012). *Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Pontianak: Universitas Tanjung Pura.*
- Meirizal Usra (2014). *Aplikasi Aktivitas Fisik Siswa Sekolah Dasar Sebagai Upaya Peningkatan Kebugaran Jasmani.* Jurnal Kajian Pengembangan Pendidikan. Vol 01 No 02, Hal 99 - 98.
- Muhajir, 2016. Pendidikan Jasmani Teoridan Peraktik 1. Jakarta: Erlangga.
- Muslichatun. 2015. Perbandingan Pengaruh Frekuensi Latihan Senam Kesegaran Jasmani Usia Sekolah Dasar antara Tiga Kali dengan Empat Kali dalam Satu Minggu Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Putri SD. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- M. Sajoto. 2012. Pembinaan Kondisik Fisik dalam Olahraga. Jakarta: Debdikdud.
- Nugroho, T. 2010. Buku Ajar Obstetri. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Oktavani, L. (2017). *Pengaruh Senam SKJ 2008 Terhadap Kebugaran Jasmani Siswi Sekolah Dasar Negeri 20 Alang Laweh Padang Selatan Kota Padang.* (Skripsi/Artikel)
- Pertiwi, A. D., et al. (2019). Pengaruh latihan SKJ 2018 terhadap peningkatan kebugaran jasmani. Jurnal Kinestetik, 3(2), 124–131.
- Prasetyo, Bambang, 2007. Metode Penelitian Kuantitatif. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Pudjiastuti dan Utomo. 2013. Fisioterapi pada Lansia. Jakarta: Penerbit Kedokteran.
- Sudarno, 2012. Pendidikan Kebugaran Jasmani. Jakarta: Depdikbud.
- Putra, A., et al. (2017). Pengaruh senam SKJ 2008 terhadap kebugaran jasmani siswi sekolah dasar negeri 20 Alang Laweh Padang Selatan Kota Padang. *Jurnal Pendidikan*, 4(2), 15–20.
- Rahayu, T. (2019). *Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Dan Implikasinya Terhadap Pembelajaran.* Jurnal Institusi Misbahul Ulum, 1(2), 109–121.
- Rahmanuddin. (2022/2023). *Pengaruh Senam Kebugaran Jasmani (SKJ 2012) terhadap Kesegaran Jasmani siswa SD Negeri Rantau Gedang.* (Bab I–V, e-prints UBB).
- Saputra, Iwan (2015). *Pengaruh Metode Circuit Training Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Putra Kelas Va Dan Vb Sekolah Dasar Negeri 112321 Kampung Pajak Kabupaten Labuhan Batu Utara.* Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 14 (1) 58-67
- Saputra, D. R., et al. (2023). *Pengaruh Senam Sehat Anak Indonesia terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Kelas V SDN 131/II SKB Kabupaten Bungo.* (Laporan/Publikasi).

- Sajoto, M. (2018). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sari, R., et al. (2025). Pengaruh senam kesegaran jasmani (SKJ) pelajar terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP Al Barkah Cinta Rakyat. *Jurnal Edukatif*, 5(2), 85–92.
- Sudjana, 2012. *Metode Statistik*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Suhartoyo, Topo, Didik Rilastiyo Budi, Moh. Nanang Himawan Kusuma, Muhamad Syafei, Arfin Deri Listiandi, and Rohman Hidayat. (2019). “Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMP Di Daerah Dataran Tinggi Kabupaten Banyumas.” *Physical Activity Journal (PAJU)* 1(1):8–17.
- Sukadiyanto, 2015. Pengembangan Tes Keterampilan Olahraga Woodball Untuk Pemula. *Jurnal Keolahragaan*, Vol 3 No 2.
- Suharjana. 2014. *Pendidikan Kebugaran Jasmani Pedoman Kuliah*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Suroto. 2014. *Buku Pegangan Kuliah Pengertian Senam, Manfaat Senam dan Urutan Gerakan*. Semarang : Unit Pelaksana Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga Undip.
- Sri Wahyuningsih Nugraheni (2013). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kebugaran Jasmani pada Lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta*. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*. Vol 3 No 1.
- Taher, Alamsyah. 2012. *Metode Penelitian Sosial*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Tilarso, 2011. *Sehat dan Bugar Sepanjang Usia dengan Senam*, Semarang : Seminar dan Lokakarya
- Tirtaria, I. (2024). *Pengaruh Latihan SKJ Pelajar 2022 Terhadap VO_{2max} dan Kebugaran Siswa SMP Negeri 9 Pontianak*. *Jurnal SEDUJ*.
- Tohar. 2012. *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.