

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Imran. (2013). *Dasar-dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: Unimed Press.
- Benny. (2012). “*Kontribusi Tingkat VO₂Maks Terhadap Prestasi Atlet Unggulan Sulawesi Selatan*”. *Jurnal Olahraga, edisi 3*. 12-22.
- Bompa.O.Tudor. (1983). *Teory of Methodology of Training Second Edition*.
- Harira nadia, Asnawati, Huldani. (2013). “*Perbandingan Nilai Vo₂Maks Antara Siswa Terlatih Dengan Siswa tidak Terlatih*”. *Jurnal Berkala Kedokteran. Volume 9 no 1*. 13-19.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Asfek-asfek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: CV.Tombak Kusuma.
- Indrayana, Boy. (2012). “*Perbedaan pengaruh latihan interval training dan Fartlek Terhadap Daya Tahan Kordiovaskuler PadanAtlet JuniorPutra Teakwondo Wild Club Medan 2006/2007*”. *Jurnal cerdas sifa, edisi 1*. 1-10.
- Iwan Setiawan dkk. (1999). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB dan FPOK/IKIP Bandung.
- Kit. Kiew Wong. (2002). *The Art of Shaolin Kung-Fu*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Kristianto, Agus. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga*. Surakarta:
- Lutan. (1988). *Belajar Gerak Motorik. Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud.
- Nossek, Josef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Lagos: National Institute for Sport..
- Pete. (1988). *Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press.

Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

SMEP.(1999). *Sistem Monitoring Evaluasi Dan Pelaporan (SMEP)*. Jakarta: KONI Pusat.

Sugiarto, dkk. (2006). *Menyikap Tabir Shaolin*. Jakarta: PT.Elex Media Komputindo.

