

DAFTAR PUSTAKA

- Arwih, M. Z. (2018). *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Handstand Pada Olahraga Senam Lantai Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2016 Kelas B Fkip Uho*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 17(2), 54.
- Bompa, T.O. & Harf, G.G. 2009. *Periodization Training for Sports: Theory and Methodology of Training. Fifth Edition*. United State of America: Human Kinetics.
- C.Fajar Sriwahyuniati. (2008). *Menjaga Kesehatan dan Kebugaran Bagi Lansia Melalui Berolahraga*. Jurnal Kesehatan Bagi Lansia.
- DR. Herman Subarjah, M.Si. (2010) Jurnal: *Hasil Belajar Keterampilan Bermain Bulutangkis Studi Eksperimen Pada Siswa Diklat Bulutangkis Fpok -Upi*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Harsono. 2015 . *Coaching dan aspek-aspek psikolgi dalam coaching*. Jakarta: Dedikbud.
- Hidayat, Imam.1996. *Senam* . Bandung: Diklat FPOK IKIP
- Hidayat, Y. dan Sukadiyanto. (2013) *Jurnal IPTEK Olahraga. Instrumen Strategi MultiteknikMental Atlet Usia 11-13 tahun*, 14 (3), hlm. 268-287.
- Imam Hidayat. (2009). *Kreativitas guru Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menyikapi keterbatasan alat perkakas dan fasilitas olahraga di sekolah dasar negeri se- kecamatan kokap kabupaten kulom progo*.
- James Tangkudung & wahyuningtyas puspitorini. 2012. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Larasati, Sri. (2018). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Deepublish.
- Mahendra. 2001. *Pembelajaran Senam*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Mansur, A.R (2019). *Tumbuh kembang anak usia prasekola* (S. Neherta(ed.)). Andalas Universitas Presssri
- Margono, 2009, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta :Rineka Cipta.
- Muhajar. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas X*, Jakarta. Erlangga.
- Mulyana, Deddy. (2018). *Metedologi Penelitian Kualitatif*, Edisi Revisi, PT Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Purba, Pangondian Hotliber. (2014). *Perbedaan Pengaruh Latihan Decline PushUp dengan Latihan Stall Bars Hops terhadap Power Otot Lengan dan Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki Chudan pada Atlet Putra Karateka*

- Wadokai Dojo Unimed Tahun 2013.** Jurnal Ilmu Keolahragaan, 13(01)
- Restianti, Hetti 2010. ***Apakah Intenet Itu.*** Surabaya: Yudistira.
- Riadi, Mastur. 2010. ***Raih Kebugaran Jasmani Melalui Latihan Beban (Weight Training).*** Mataram. Insitut Keguruan Ilmu Pendidikan Mataram.
- Sajoto. 1995. ***Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan dan Kondisi Fisik dalam Olahraga.*** Semarang: Dahara Prize.
- Santoso, S. (2010). ***Mastering SPSS 18.*** Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Subarjah, H dan Hidayat, Y (2010). ***Permainan bulutangkis.*** Bahan ajar. Bandung : FPOK UPI
- Sudjana,. (2016). ***Metode Statistika.*** Bandung: Tarsito.
- Sugiyono.2019. ***Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D.*** Bandung: Alfabeta.
- Suharja.2009. ***Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.*** Jakarta:Kementrian Pendidikan Nasional.
- Sukadiyanto. 2013. ***Teori dan Metedologi Melatih Fisik Petenis.*** Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY
- Sumanto dan Sukiyo. (1992). ***Senam.*** Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan.