

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto (2002). *Prosedur Penelitian*. Jakarta. Penerbit Rineka Cipta.
- Bompa, O, Tudor. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Debuque Kendall/Hun. Publising Company.
- Giam. *Ilmu Kedokteran Olahraga* .1993. Jakarta. Binarupa Aksara.
- Harsono (1988). *Choaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta.
- Ichsan M. (1988). *Pendidikan Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta, Departemen pendidikan dan kebudayaan.
- Irfan, M. (2007). *Pendidikan kesehatan*. Medan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- Kemenpora (2012). *SKJ 2012*. Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Jakarta.
- Kemenpora (2014). *SBLI*. Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. Jakarta.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMA Kelas XI*. Surakarta, Yudhistira.
- Poerwadarminta (1986). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Penerbit Balai Pustaka. Jakarta.
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta.
- Sudarno. (1992). *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Jakarta, Departemen pendidikan dan kebudayaan.
- Suharsimi, Arikunto. (2005). *Manejemen Penelitian*. PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Sudjana (2005). *Metode Statistika*. Penerbit Tarsinto. Bandung.
- Wahjoedi. (2000). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada.
- Yusuf M. dkk (2007). *Metode Praktik Belajar Senam Aerobik*. Medan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- [Http://wa-qid.blogspot.com/2012/07/senam-kesegaran-jasmani-skj.html](http://wa-qid.blogspot.com/2012/07/senam-kesegaran-jasmani-skj.html)
- [Http://infosuaraindonesia.blogspot.com/2013/04/senam-kesegaran-jasmani-2012-skj-2013.html](http://infosuaraindonesia.blogspot.com/2013/04/senam-kesegaran-jasmani-2012-skj-2013.html)

<http://nggieczn.blogspot.com/2011/05/senam.html>

(Prima, 2008 : 1 dalam <http://pjksuryadi.blogspot.com/2013/01/pentingnya-olahraga-bagi-lansia.html>).

[http://pjksuryadi.blogspot.com/2013/01/pentingnya-olahraga-bagi lansia.html](http://pjksuryadi.blogspot.com/2013/01/pentingnya-olahraga-bagi-lansia.html).



THE
Character Building
UNIVERSITY