

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mukholid . (2004). Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Jakarta : Yudhistira.
- Baechle, Groves. (2000). Latihan Beban. Yogyakarta : PT. Raja Grafindo Pustaka.
- Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Hasnan Said. (1977). Penilaian Kesegaran Jasmani Dengan Tes A.C.S.P.F.T. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Irfan. M. 2008. Pendidikan Kesehatan. Medan : FIK Unimed.
- Iskandar, dkk. (1999). Panduan Teknis Tes & Latihan Kesegaran Jasmani Untuk Atlet. Jakarta: Pusat Pengkajian Pengembangan Iptek Olahraga.
- Jumadin. 2001. Kesehatan dan Kebugaran Jasmani. Medan : FIK Unimed.
- Kartasapoetra dan Marsetyo. (2002). Ilmu Gizi, Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja. Jakarta: RINEKA CIPTA.
- Khomsu Ali. (2002). Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Kuntaraf Jonathan dan Kathleen. (1992). Olah Raga Sumber kesehatan. Bandung : Indonesia Publishing House.
- Nurhasan. (2001). Tes dan Pengukuran dalam pendidikan Jasmani. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Sajoto Muhammad. (1988). Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga. Jakarta: F.POK IKIP Semarang.
- Sudarno S.P. (1992). Pendidikan Kesegaran Jasmani. Jakarta: Departemen Pendidikan dan kebudayaan.
- Sugiyono. 2002. Statistika untuk Penelitian. Bandung : CV Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Suryadi Damanik. 2007. Gizi Olahraga. Medan. FIK Unimed.
- Toho Cholik Mutohir, Ali Maksum (2007) *Sport Development Index*. Jakarta, PT. Indeks.
- Tim Penyusun. TKJI Umur 13-15 Tahun. Departemen pendidikan Nasional Pusat kebugaran.

Widaninggar w, dkk. (2003). Ketahuilah tingkat kesegaran jasmani anda. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani.

Yvonne Panjaitan. (2001). Prinsip Dasar Nutrisi. Bandung: UNAI.



THE
Character Building
UNIVERSITY