

DAFTAR PUSTAKA

- Adhikarmika, Uliyandari. 2009. *Skripsi Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Perubahan Nilai Konsumsi Oksigen Maksimal (VO₂MAX) Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 11-13 Tahun*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Admin, 2009. *Sejarah Perkembangan Pencak Silat*. <http://silatindonesia.com/2009/08/sejarah-perkembangan-pencak-silat/> (diakses tanggal 21 Agustus 2009)
- Anekanews. Com. 2011. <http://anekanwes.com/2011/aspek-prestasi-olahraga/>
- Arikunto, S. 1996. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aspek-dalam-pencak-silat. 2007. <http://silatindonesia.com/faq/about-pencak-silat/aspek-dalam-pencak-silat/> (diakses tanggal)
- Baker, LL. 1998. *Clinical Electrotherapy*. Journal Clinical Uses of Neuromuscular Electrical Stimulation, 6, 144.
- Bennie SD, et al. 2002. *Toward the optimal waveform for electrical stimulation of human muscle*. Eur J Appl Physio 88: 13-19
- Cahyono. 2010. *Teknik Sampling dalam Penelitian Administrasi*. <http://www.scribd.com/doc/30385769/Teknik-sampling-dalam-penelitian-administrasi> (diakses tanggal 13 Februari 2010)
- Cholid dkk. 1997. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Currier, DP. 1998. *Clinical Electrotherapy*. Neuromuscular Stimulation for Improving Muscular Strength and Blood Flow, and Influencing Changes.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Doewes M, Furqon M. 1999. *Tes Kesegaran Jasmani Dengan Lari Multitahap*. PUSLITBANG-OR. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- IPSI, 2007. *Sejarah Petrkembangan Pencak Silat*. <http://pencaksilat.wordpress.com/2007/07/19/sejarah-perkembangan-pencak-silat/> (diakses tanggal 19 Juli 2007)

- Irfan, Mohamad. 2007. *Skripsi Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Dengan Kemampuan Menendang Bola Pada Mahasiswa Putra Semester Iii A Pklo Fik Unnes Tahun 2005*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Lerch, N. 2004. *Sejarah Dan Perkembangan Pencak Silat*.
- Novita LH. 2009. *Skripsi Perbedaan Pengaruh Latihan Lari Aerobik Dan Latihan Renang Terhadap Peningkatan Kebugaran*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Parjoto, S. 2006. *Terapi Listrik Untuk Modulasi Nyeri*. IFI. Semarang.
- Parker MG, et al. 2003. *Stength response in human femoris musscle during 2 neuromuscular electrical stimulation programs*. Journal of Orthopaedic and Sport Physical Therapy.
- Parker MG, Keller L, Evenson J, et al. 2005. *Torque Responses in Human Quadriceps to Burst-Modulated Alterning Current at 3 Carrier Frequencies*. Journal of Orthopaedic and Sport Physical Therapy.
- Perez M, Lucia A, Chiharro JL, et al. 2003. *Effect of electrical stimulation on VO2 kinetics and delta efficiency in healthy young men*. British Journal of Sport Medicine.
- Petterson S, et al. 2006. *The Use of Neuromuscular Electrical Stimulation to Improve Activation Deficits in a Patient With Chronic Quadriceps Strength Impairments Following Total Knee Arthroplasty*. Journal of Orthopaedic and Sport Physical Therapy.
- Quinn E, 2007. *VO2 Max Definition*.
<http://sportsmedicine.about.com/od/glossary/g/VO2Max.htm> (diakses tanggal 29 November 2007)
- Riann M, et al. 2010. *A Clinical Trial of Neuromuscular Electrical Stimulation in Improving Quadriceps Muscle Strength and Activation Among Women With Mild and Moderate Osteoarthritis*. Physical Therapy.
- Sahara, Sayuti; 2003. *Konsep Rangkuman dan Penjelasan : The Physiological Bhasis of Physical Education and Atheletics*, Padang. Pasca Sarjana UNP.
- Sugiyono. 2005. *Statistik untuk Penelitian*. Jakarta: Alfabeta.

Vaquero AF, Chicharro JL, Gill LF, *et al.* 1998. *Effects of muscle electrical stimulation on peak VO₂ in cardiac transplant patients.* Int J Sport Med 19: 317-322.

Yunus, F. 1997. *Foal Parm dan Olahraga.* *Journal Respirologi*, Indonesia, 17, 100-103.

Zudine, 2011. *Mengukur VO₂ Max.*

<http://zudine.wordpress.com/2011/04/12/mengukur-vo2max/> (diakses tanggal 12 April 2011)