

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, M. 2011. *Program Pendidikan Individual*. Jakarta Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Azhar, D.S. 2013. *Perbandingan Pengaruh Susu Murni Dengan Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Masa Otot Pada Latihan Beban*. Universitas Pendidikan Indonesia: h.1
- Bahagia U. 2006. atletik. Jakarta: depdikbut. Direktorat jendral pendidikan Dasar dan menengah bagian proyek penataran Guru SLTP setera DIII
- Budi, S. 2012. *Aktifitas Kebugaran/Fitness Activities For Class XI IPS Semester 1 Sportology*. <http://ithinkeducation.blogspot.com/2012/04/aktivitas-kebugaran-fitness-activities.html> (Diakses: 11 Maret 2015).
- Cahyo, J, Musyafari, W., Setyo, R. 2012. *Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari*. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. 2012. Volume 1
- Cahyono. 2010. *Teknik Sampling dalam Penelitian Administrasi*. <http://id.scribd.com/doc/30385769/Teknik-sampling-dalam-penelitian-administrasi> (Diakses: 03 Februari 2015).
- Ermawan, Z,A. 2010. *Skripsi Perbedaan Pengaruh Pelatihan Pliometrik Bounding dan Depth Jump Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri III Pabelan Kabupaten Semarang Tahun Pelajaran 2009/2010*. Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta: h.25
- Huda, J. 2012. *Sumbangan Kecepatan, Berat Badan, Daya Ledak Terhadap Lompat Jauh*, *Journal of Sport Sciences and Fitness* .Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia
- Iman, I. 2013. *Hubungan Antara Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Hasil Menggiring Bola*. Pontianak: Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Kardjono. 2008. *Modul Mata Kuliah Pembinaan Fisik*. Universitas Pendidikan Indonesia: h. 6
- Lhaksana, J. 2011. *Taktik dan Strategi futsal Modern*. Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Group).

- Marhaendro, A.S D; Saryono, Yudanto. *Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal*. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta: h. 149
- Murharnanto. 2006. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. http://books.google.co.id/books?id=IIGUOTt_XvoC&pg=PA2&hl=id&source=gbs_selected_pages&cad=2#v=onepage&q&f=false (Diakses: 03 Februari 2015).
- Nolvin. 2013. *Meningkatkan Kecepatan Lari Sprint Melalui Permainan Olahraga Tradisional Benteng Hadang Pada Siswa Kelas V Sd Inpres 2 Kamarora Kecamatan Nokilalaki Kabupaten Sigi*. Jurnal Olah Raga.Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi FKIP Universitas Tadulako Kampus Bumu Tadulako Tondo Palu Sulawesi Tengah.
- Noviada, G; I Nyoman Kanca, Gede Eka Budi Darmawan. 2014. *Metode Pelatihan Taktis Passing Berpasangan Statis dan Passing Sambil Bergerak Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Control Bola Futsal*. *e-Journal PKO Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga*. 2014. Volume 1.
- Roswana, iyos. 2009. *Populasi dan Sampel*. <https://iyosrosmana.wordpress.com/2009/06/19/populasi-dan-sampel/> (Diakses: 03 Februari 2015).
- Sajoto M. 2008. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Saryono. 2006. *Futsal Sebagai Salah Satu Permainan Alternatif Untuk Pembelajaran Sepak Bola Dalam Pendidikan Jasmani*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 2006. Volume 3. Nomor 3. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta: h. 48
- Soekarman. 2007. *Dasar Olahraga Untuk Pembina, Pelatih dan Atlet*: Jakarta: Inti Idayu Press
- Sugiyono. 2005. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Suryanto, 2008. *Tesis Perbedaan Pengaruh Metode Latihan dan Power Otot Tungkai Terhadap Prestasi Lari 100 Meter*. Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta: h. 20-21
- Udiyana, Nym Sastra Dwipa; I Nyoman Kanca, I Nyoman Sudarmada. 2014. *Pengaruh Pelatihan Modifikasi Zig-zag Run Terhadap Peningkatan Kecepatan dan Kelincahan pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA PGRI 1 Amlapura Tahun Ajaran 2013/2014*. *e-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan*. 2014. Volume 1.
- Wedana, I Md Agus; I Kt Sudiana, Ni Putu Dewi Sri Wahyuni. 2014. *Pengaruh Pelatihan Zig-Zag Run Dan Lari 60 M Terhadap Volume Oksigen Maksimal (Vo2maks)*. 2014. Volume 1. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Widodo, Slamet. *Cara Mengembangkan Kecepatan Lari*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sebelas Maret. Surakarta: h. 271
- Yudersa, Taufik; Slamet, Zainur. *Perbedaan Pengaruh Latihan Bag Drill Dan Latihan Zig – Zag Run Terhadap Kelincahan Pada Siswa Ekstrakurikuler Sma Cendana Pekanbaru*. Universitas Riau. Riau: h. 5