

DAFTAR PUSTAKA

- Apta Mylsidayu, F. K. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Cv. Alfabeta.
- Bafirman. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: RajaGrafindo Perkasa.
- Bangun, S. Y. (2013). Analisis Tujuan Materi Pelajaran dan Metode Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*.
- Bawiling, N. A. (2014). *Pelatihan Senam Ayo Bergerak, Senam Bugar Indonesia Lebih Meningkatkan Kebugaran Fisik Daripada Senam Ayo Bersatu Pada Wanita Anggota Klub Senam Lala Studio Denpasar*. Bali: Sport and Fitness Journal Volume 2 Nomer 1.
- Budiwanto. (2013). *Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis*. Malang: UM Press.
- Erliana, M. (2015). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Melalui Pull Up Terhadap Peningkatan Speed Track Atlet. *Jurnal Multilateral*, 2.
- FIFA. (2020). *Fitness Test for Match Officials*. Swiss: FIFA.
- FIFA. (2021). *Laws of The Game*. Switzerland: FIFA.
- Fikri, A. (2017). MENINGKATKAN KEBUGARAN JASMANI MELALUI METODE LATIHAN SIRKUIT. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*, 93.
- Gaffar, A. (2021). Keseimbangan Tubuh dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Kemampuan Passing Sepak Sila Dalam Permainan. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 123.
- Harsono. (2017). *Kepeleatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif*. Remaja Rosda Alfabeta.
- Irawadi, H. (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Pekanbaru: UNP Press Sukabina.
- Irianto, D. P. (2021). *Kumparan*.

- Komarudin, M. D. (2015). *Penerapan Metode Latihan Keterampilan Psikologis Untuk Meningkatkan Kinerja Wasit Sepakbola*. Jurnal Kajian Pendidikan.
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung: Alfabeta.
- Radak, Z. (2018). *The Physiology of Physical Training*. London: Elsevier Science.
- Semiawan, P. D. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta Cv.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta Cv.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sukmadinata, N. S. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sumosardjono, S. (2019). *Laudya Tsyara*.
- Syamsudar, B. (2023). *Strategi Peningkatan Performa Wasit di Asosiasi PSSI Daerah*. Bandung: Cipta Media Nusantara.
- Wibowo. (2016). *Manajemen Kinerja*. Jakarta: 2016.
- Wibowo, S. D. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa*, 44.
- Widhiyanto, T. (2018). Daya Ledak, Kekuatan Otot Tungkai Dan Daya Tahan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3.