

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ardika, I. M. Y., Kanca, I. N., Sudarmada, I. N., & Or, S. (2015). Pengaruh circuit training terhadap kelincahan dan daya ledak otot tungkai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 3(1).
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Armen, Meiriani. (2020). *Teori Pembelajaran Renang Dasar*. Padang: LPPM Universitas Bung Hatta
- Carden, P. P. J., Izard, R. M., Greeves, J. P., Lake, J. P., & Myers, S. D. (2017). Force and acceleration characteristics of military foot drill: Implications for injury risk in recruits. *BMJ Open Sport and Exercise Medicine*.
- Contrò, V., Bianco, A., Cannizzaro, C., Traina, M., Palma, A., & Proia, P. (2015). Effects of different circuit training protocols on body mass, fat mass and blood parameters among overweight adults. In *The international scientific conference. Motor ability in sports-Theoretical assumptions and practical implications*. PL.
- Contrò, V., Bianco, A., Cooper, J., Sacco, A., Macchiarella, A., Traina, M., & Proia, P. (2017). Effects of different circuit training protocols on body mass, fat mass and blood parameters in overweight adults. *Journal of Biological Research-Bollettino della Società Italiana di Biologia Sperimentale*, 90(1).
- Deoledi, D., Ramadi, R., & Juita, A. J. A. (2016). *Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Daya Tahan Atlet Sepakbola Ssb Rumbai Junior* (Doctoral dissertation, Riau University).
- Fernandez-Fernandez, J., Sanz, D., Sarabia, J. M., & Moya, M. (2017). The effects of sport-specific drills training or high-intensity interval training in young tennis players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung
- Heri, Zulfan (2017). *Sejarah Teknik Dasar Renang Dan Peraturan Perlombaan Renang*. Medan: UNIMED. [Online] <http://digilib.unimed.ac.id/public/UNIMED.pdf>

- Jaryadi, N. (2013). Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Tungkai Dengan Prestasi Renang 25 Meter Gaya Bebas Pada Mahasiswa Penjaskes Angkatan 2012 Tahun Pelajaran 2012/2013. *Jurnal Penjaskesrek*.
- Kadari, D. S. (2018). Kontribusi Kekuatan Lengan, Kekuatan Otot Perut, Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Renang 50 Meter Gaya Bebas Pada Mahasiswa FIK UNM. *Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, (1).
- Kelemen, M. H., Stewart, K. J., Gillilan, R. E., Ewart, C. K., Valenti, S. A., Manley, J. D., & Kelemen, M. D. (2016). Circuit weight training in cardiac patients. *Journal of the American College of Cardiology*, 7(1), 38-42.
- Khotari. (2014). *Research Methodology: Methods & Techniques*. New Delhi: New Age International (P) Ltd., Publishers.
- Koenig, J., Jarczok, M. N., Wasner, M., Hillecke, T. K., & Thayer, J. F. (2014). Heart Rate Variability and Swimming. *Sports Medicine*.
- Manullang, Jujur Gunawan. (2015). *Renang 1: Sejarah Teknik Dasar Renang Dan Peraturan Perlombaan Renang*. Palembang: Universitas PGRI.
- Mashud. (2019) *Variasi dan Kombinasi Dasar Gerak Renang*. Kal-Sel: Prodi. PJ JPOK FKIP ULM Press.
- McFeeters, S. K. (2013). Using the normalized difference water index (ndwi) within a geographic information system to detect swimming pools for mosquito abatement: A practical approach. *Remote Sensing*. <https://doi.org/10.3390/rs5073544>
- Mulya Gumilar dan Resty Agustriyani. (2016). *Dasar-Dasar Penjas*. Tasikmalaya
- Mylsidayu, Apta dan Kurniawan, Febi. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Putri, R. A., & Setiawati, E. (2017). Pengaruh circuit training terhadap indeks massa tubuh pada anak obesitas. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 6, 12-19.
- Rasyid, H. Al, Setyakarnawijaya, Y., & Marani, I. N. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Millennium Aquatic Swimming Club. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1(1), 71–85.

Setiawan, Tri Tunggal, (2015). *Renang Dasar II*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.

Subagyo. (2018). *Belajar Berenang Bagi Pemula (Sejarah, organisasi, peraturan, teknik dasar dan teknik keselamatan)*. Yogyakarta: LPPM UNY.

Sudjana, N. (2013). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.

Thomas, David G. (2016). *Renang Tingkat Mahir*. Jakarta: Divisi Buku Sport.