

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (2007). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Motorik. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Anas, Sudijono. 2007. *Pengantar Statistika Pendidikan*. Jakarta: Grafindo Persada Raju
- Bangun, S. Y. (2016). *Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia*. Publikasi Pendidikan, 6(3).
- Bompa, T.O. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Human Kinetics.
- Djoko Pekik Irianto, 2018. *Panduan Latihan kebugaran*. Yogyakarta : Lukman Offset
- Endang Rini dan Fajar Sri, 2013. *Senam Kebugaran*. Yogyakarta : UNY
- Faizal Chan. 2012. Strength Training. *Jurnal Cerdas Sifa*, Vol. 4 No. 1, hlm. 1-8
- Fikri, Z. (2020). Improve Service Learning Outcomes Volley Ball Using Modification Media in Class Vii Students of State 8Th Middle State Academic Year 2019/2020. Riyadhoh: *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(1), 49–54.
- Harsono. (2014). *Pelatihan Kondisi Fisik*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Ibnu Darmawan, 2014. Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *Jurnal : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan* Vol 7 No 2
- Litalia, 2018. Kebugaran Jasmani Pengertian, Unsur, Manfaat, Komponen & Tujuan_ <https://www.jurnalponsel.com/kebugaran-jasmani/>
- Maksum Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Unesa University Press, Surabaya.
- MAE, R. M., PALINATA, Y. J., BAUN, A., & LEKO, J. J. (2024). Model Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN) Bagi Siswa SMP Kristen 2 Mollo Utara. *JURNAL MEDIA INFORMATIKA (JUMIN)*, 489-490.

- Muhajir, 2011. *Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan*. Jakarta. Erlangga
- Naisah, 2010. *Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa kelas IV, V SD Negeri Karangmangu 01 Kecamatan Tarub Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010*. Skripsi : Universitas Negeri Semarang.
- Ngatman & Andriyani F.D. (2017). *Tes dan Pengukuran Untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadila Tama
- Ngatman & Andriyani F.D. (2017). *Tes dan Pengukuran Untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadila Tama
- Nurhasan. (2005). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.
- Nurhasan, 2010. *Aktivitas Bugar*. Universitas Terbuka
- Nurhasan. 2005. *Aktivitas Kebugaran Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Radhrazzahn, 2010. Faktor-faktor Kebugaran Jasmani. www.radhrazzahn.friendler.com.
- Rusli Lutan, 2017. *Menuju Sehat Bugar*. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar Menengah dan Olahraga. Jakarta : Depdiknas
- Sainal, 2018. *Buku Ajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : Uwais Inspirasi Indonesia
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengadaan Buku pada Lembaga Pengembangan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Santoso, Giriwijoyo. 2017. *Fisiologi Kerja dan Olahraga*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2010). *Tes dan Pengukuran Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sujarweni. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis dan Mudah di Pahami*. Pustaka Baru Press.
- Sumardojo. 2014. *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta.
- Supriyadi, M. (2018). Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Dasar. Gelanggang Olahraga: *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 1(2), 64–73.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT Raja Grafindo Sejahtera, Jakarta.
- www.scribd.com/document/587044184/Panduan-Tes-Kebugaran-Pelajar-Nusantara-TKPN. Accessed 24 Feb. 2025.
- Yandhi H. 2010. *Tingkat Kebugaran Jasmani Kelas Olahraga di SMPN 13 Yogyakarta*. (Skripsi). Fakultas Ilmu Olahraga UNY Yogyakarta, Yogyakarta.