

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Salim. 2008. *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: Nuansa.
- Ali Maksum. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ase Satria 2010. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, Jakarta Rineka Cipta.
- Atiq Ahmad 2018 *Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Sepak Bola Berbasis Bermain Untuk Atlet Pemula usia 8-12 Tahun*, Sidoharjo, Zifatama
- Atiq, A. Muhammad Ali, Kumbul Selamat Dan Mimi Haetami 2019. *Sepak Bola Untuk Pemula pola latihan Menyerang Dan Bertahan*, Bekasi: Penerbit Cakrawala Cendekia
- Bahri saiful 2016 *Pembelajaran Psikologi* Jakarta, Rineka Cipta
- Bughin burhan, 2005 *Metodologi penelitian kuantitatif*. Jakarta: kencana prenatal media grub
- Cipta, Nugraha, Andi. 2012. *Mahir Sepakbola*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Delavier, Frederic., Gundill Michael. 2011. *The Strength Training Anatomy Workout*. Editions Vigot: Paris
- Depdikbud. 1994. *Pendidikan Jasmani SMA*. Jakarta: PT. Rajasa Rasdakarya.
- Dini rosdiani 2006 *Model Bermain Dalam Pendidikan Jasmani* Bandung, Alfabeta .
- Djamarah, Syaiful Bahri dan Aswan Zain. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gifford, Clive. 2002. *Sepak Bola Panduan Lengkap untuk Permainan Yang Indah*. Jakarta: Erlangga.
- Hadisasmata, 2002 *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Senayan.
- Hardiansyah, S. 2017. *Pengaruh Metode Interval Training terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga*. *Jurnal Penjakora*, Vol. 4, No. 1:83-92.

- Harsono, 2008 *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud
- J Sharkey Brian. 2015. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- _____. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*: Jakarta. PT Rajagrafindo Persada
- _____. 2017 *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Koger, Robert. 2007 *Latihan Dasar Handal Sepak Bola Klaten*. Macanan Jaya Cemerlang
- Lesmana S I. 2012. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Beban Terhadap Kekuatan Dan Daya Tahan Otot Biceps Brachialis Ditinjau Dari Perbedaan Gender (Studi Komparasi Pemberian Latihan Beban Metode Delorme dan Metode Oxford Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan dan Fisioterapi. *Jurnal Fisioterapi Indonusa*. Vol. 5 No. 1, April 2005
- Lubis, Johanshah. 2013 *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Perkasa.
- Lutan, Rusli. (2003). *Self Esteem: Landasan Kepribadian*. Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Luxbacher, Joseph, A. 2012. *Sepakbola Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Muchtar, Remy. 2002. *Olah Raga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: Dara Press.
- Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yudistira.
- Nawawi, Hadari. 2012. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nurhasan. 2007 *Modul Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung : UP
- Ria, Lumintoro. 2013. *Teori Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Copyright For Langkor
- Sajoto, Mochamad. 2003. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize
- Sarumpaet, 2002. *Permainan Besar*, Padang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.

- Setiawan D A & Setiowati A. 2014. Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Di Panti Wredha Rindang Asih III Kecamatan Boja. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. ISSN 2252-6528
- Sucipto. 2000. Sepakbola. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan: Direktorat Jendral Pendidikan dan Kebudayaan
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2014 *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. 2015. *Metode Pendidikan Pendekatan Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, HP. 2010. *Peningkatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sukadiyanto. 2002. *Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukatamsi. 1985. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. solo: Tiga Serangkai.
- Suranto. 2010. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Lampung: Percetakan Abadi.
- Tangkudung, James. 2012. *Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya
- Tudor, Bumpa, O. 2009. *Power Training For Sport*. Mosaic Press: Oakville New York London.
- Yulidasari, Rizka. (2015). *Pendidikan Jasmani. Jurnal Vol.25, No.1*. Malang: Universitas Negeri Malang