

**DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, 1998. *Metodologi penelitian*. Bandung : Galia Indonesia
- Bompa, T.(1994). *Theory and methodology of training*. Dubugue, IOWA:Kendal/Hunt Publishing Company.
- Harsono. (1988). *Aspek-aspek psikologis dalam choaching*.Jakarta: Dapertement Pendidikan dan kebudayaan
- Radcliffe,(1999). *Jumping Into Plyometrics*. Human Kinetics
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Dapertemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sajoto, M. (1996). *Teknik Oyama Karate seri kihon*. Jakarta: PT. Alex Media Komputido Kelompok Gramedia.
- Simbolon, B. (2012). *Latihan Karate dan Melatih Karate*. Yokyakarta: Griya Pustaka
- Situmeang, R. (2010). *Diktat Karate*. Medan
- Sudjana,(2002). *Metodologi Penelitian*. Bandung: Tarsito.
- PB. FORKI. (2013). *Peraturan pertandingan karate*.
- [http://www. Google.com](http://www.Google.com), 2007,karatestudy.