

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2006) *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Akhmad, Imran. (2013) *Dasar-dasar Melatih Fisik Olahraga*. Medan. Unimed Press.
- Bompa, Tudor O. (1983). *Theory and methodologi of Training*. Dubuque, Iowa : Kendala/Hunt Publishing Company.
- Harsono. (1988). *Choaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan.
- Harsuki. (2002). *Perkembangan Olahraga terkini*. Kajian Para Pakar. Raja Grafindo Perkasa. Jakarta.
- James,C. Radelliffe. (1940). *Plyometrics*. Bidang Kepelatihan Kantor Menpora.
- Nurhasan. (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Penelitian Jasmani*. Jakarta
- Radeliffe dan Faretinos (1995). *Plyometrics Eksplosif Power Training*. Champaign, Ilionis : Human Kinetics Published, Inch.
- Sudjana. (2005). *Statistik*. Bandung, Tarsito.
- Syahfruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- V.Yoyok Suriadi 2002. *Pelaksana Teknik-teknik Taekwondo*.
- WTF. (1998) *Competition Rules dan Interpretation (Peraturan Pertandingan dan penafsiranya)*. The World Taekwondo Federation.