

DAFTAR PUSTAKA

- Nossek, Yosef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Lagos: Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Simbolon, B. (2015). *Latihan dan Melatih Karate*. Yogyakarta. Griya Pustaka Yogyakarta
- C. Radcliffe, James. (1983). *Plyometrics*. Bidang Kepeleatihan Kantor Menpora
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Proyek pengembangan lembaga Pendidikan
- Kolopita. (2013). *Rule of Competition WKF Version 08.2013(terjemahan)*.
- Bompa, T.(1994). *Theory and Methodology of Training*. Dubugue, IOWA:Kendal/Hunt Publishing Company.
- Arikunto, (1998). *Metodologi Penelitian*. Bandung : Galia Indonesia
- Dwijowinoto, Kasiyo. (1984). *Dasar-Dasar Ilmiah Kepeleatihan*. Semarang. IKIP Semarang Press
- Sujoto, J.B. (2002). *Teknik Oyama Karate Seri Kihon*. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo
- Sudjana. (2005). *Metodologi Penelitian*. Bandung: Tarsito.
- Akhmad, Imran. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan. Unimed Press
- Wahid, Abdul. (2007). *Shotokan: Sebuah Tinjauan Alternatif Terhadap Aliran Karate-do Terbesar di Dunia*. Jakarta. PT RajaGravindo Persada.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Padang: UNP Press
- Sajoto, M. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan

Suharto, (1999). *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia*. Departemen Pendidikan Nasional Pusat Kesegaran dan Rekreasi. Jakarta

A. Chu, Donald (1940). *Jumping Into Plyometrics*. Swiss. Leisurre Press

Hadi, Sutrisno, 2005, *Statistik Jilid 2*, Yogyakarta: Andi Offset.



THE
Character Building
UNIVERSITY