

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, 1, (2013), *Dasar-Dasar Melatih Olahraga*. UNIMED Press, Medan.
- Bompa, Tudor O., (1983), *Power Training For Sport*, York University Toronto Otorio Second Printing, Canada.
- Emral, (2017), *Pengantar Teori & Metodologi Pelatihan Fisik*, Kencana, Depok.
- Erwin, (2015), *Pencak Silat, Sejarah dan Perkembangan Pencak Silat Teknik-Teknik dalam Pencak Silat Pengetahuan Dasar Pertandingan Pencak Silat*, Pustaka Baru Press, Yogyakarta.
- Harsono, (1988), *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*, Cv. Tambak Kusuma, Jakarta.
- Lubis. Joansyah & Hendro (ed.2) (2014) *Pencak Silat, Panduan Praktis*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Mulyana, (2013), *Pendidikan Pencak Silat, Membangun Jati Diri dan Karakter Bangsa*, PT Remaja Rosdakarya offset, Bandung.
- Rizki A Daulay, (2016), *Jurnal Pedagogik Keolahragaan volume 02, nomor 02, Pengaruh Latihan SAQ Terhadap Hasil Tendangan Samping Olahraga Pencak Silat*, FIK Universitas Negeri Medan, Medan.
- Sajoto, (1988, *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*, Departemen Pendidkan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Oyek Pengembangan Lembaga Pendidkan Tenaga Kependidikan, Jakarta.
- Sugiyono, (2013), *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Alfabeta, Bandung.
- Syafruddin, (2011), *Ilmu Kepelatihan Olahraga Teori dan Aplikasinya dalam Pembinaan Olahraga*, UNP.
- [www.google.co.id/search/gelanggang+pencak+silat](http://www.google.co.id/search/gelanggang+pencak+silat) (diakses 2 april 2018)