

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A., Saifuddin., & Mansur.(2015). *Evaluasi Unsur Kelincahan Dan Kecepatan Reaksi Otot Tangan Atlet Tarung Derajat Binaan Satlat Unsyiah Tahun 2013*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi. 1(1), 45- 53.
- Akhmad,I.(2013). *Dasar - Dasar Melatih Fisik Olahragawan* . Medan: Unimed Press. Dwi,R,V,S Dkk.(2018). Pengaruh Metode Latihan Dan Power Tungkai Terhadap Peningkatan Kecepatan Akselerasi Sprint. Jurnal Olahraga. 3(2) : 62-69.
- Foran, B.( 2001). *High-Performance Sports Conditioning.Champaig : Human Kinetics*. Hasyim., & Saharullah.(2019). *Dasar-Dasar Ilmu Kepeletihan*. Makassar : Unm.
- Langga, Z, A., (2016). *Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMPN 18 Malang*. Jurnal Kepeletihan Olahraga. 1(1) : 90-104.
- Maijum.(2017). *Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Sekolah Dasar Melalui Strategi Modifikasi*. Jurnal Ilmu Pendidikan Sosial, Sains, Dan Humaniora. 3(3) : 575-583.
- Meriyanto, D., Nurrochmah, S., Heynoek, F,P.,(2016). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kemampuan Lompat Jauh*. Jurnal Pendidikan Jasmani. 26(1) : 145-158.
- Mubaligin, H., Candra, A,T., Irawan,L.(2018). *Upaya Peningkatan Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Metode Bermain Lompat Dan Loncat Lingkaran Berjenjang Kelas VII MTS Negeri 11 Banyuwangi*. Jurnal Kejora. 3(1), 162-171.
- Nurhasan.(2001).*Tes Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani* .Jakarta : Depdiknas.
- Purnomo, A., & Dapan.(2017). *Dasar-Dasar Gerakan Atletik.Yogyakarta : Alfabedia*. Radcliffe, J , C ., & Farentinos , R , C .*High-Powered Plyometric*. United States: Human Kinetics
- Subki., Rinaldy, A., & Zulfikar.(2016). *Korelasi Kekuatan Otot Lengan Bahu Terhadap Kemampuan Tolak Peluru Gaya O'brien Pada Mahasiswa Penjaskesrek Fkip Unsyiah Angkatan 2010*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi. 2(1) : 60-72.

Sudjana.(2005). *Motode Statistik* . Bandung : Tarsito.

Sugiyono.(2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatid dan T&B* . Bandung : Alfabeta

