

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, A. (2019). Contribution of Leg Muscle Explosion Power, Arm Muscle Explosion Power and Waist Flexibility Against Smash Ability, *Performa Olahraga*, 4(2), 83-91.
- Baley, A. James. (1986). *Pedoman Atlet*. Semarang : Dahara Prize.
- Dadang Krisdayanti, H. Suryana P. (2004). *Taekwondo Teknik Dasar, Poomse, dan Peraturan Pertandingan*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Farida Yuni susilowati. (2005). *Penyusunan Tes Ketrampilan Tendangan Taekwondo bagi Mahasiswa Perguruan Tinggi*. Skripsi. FIK UNY.
- Harsono, (1988), *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*, Jakarta, CV.Kesuma.
- Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikandan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengadaan Buku pada Lembaga Pengembangan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Sajoto. (1995). *Pengembangan dan Pembinaan Kekuatan kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta : Dahara Prize.
- Suharno, HP. (1995). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Bandung. PT. Karya Ilmu.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori Dan Melatih Fisik*. Yogyakarta : FIK UniversitasNegeri Yogyakarta.
- Syaifuddin. (1996). *Anatomi Fisiologi Keperawatan*, Edisi 2, Buku Kedokteran EGC.
- The World Taekwondo Federation. (2004). *Competition Rules & Interpretation*. Jakarta : Komisi Perwasitan PBTI.
- V. Yoyok Suryadi. (2002). *Taekwondo Poomse Tae Geuk*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Wayuni,S. (2020). *Vo2max, Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Kelentukan untuk Kebutuhan Kondisi Fisik Attelt Taekwondo*. Jurnal Patriot, 2(2), 640-653.
- Widiastuti. (2015). *Metode Kepelatihan*. 1st ed. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.