

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan : Unimed Press
- Ari Julfikar, Ketut Sudiana, Gede Dodi Tisna (2017). Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Peningkatan Kecepatan Dan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*.
- Arikunto, Suharsimi (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Bompa O. Tudor (1999). *Periodization Theory and Methodology of Training*. Kendall/Hant : Human Kinetics.
- Cahyo, B Johan, dkk(2012). *Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Gumilar zakaria, Deni Mudian, Pulung Rianto (2018). Pengaruh latihan *pylometric Jump To Box* Terhadap Peningkatan *Power* Tungkai Siswa Kelas X Pada Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*.
- Harsono. (1988). *Coaching and Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta, Depdikbud Proyek Pengembangan LPTK.
- Hermawan, dkk (2013). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Indonesia : Kementerian pendidikan dan kebudayaan.
- Loncat Tali Dan Lompat Kijang Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Putra Kelas VII SMPN 1 KERUAK Kabupaten Lombok Timur Tahun Pelajaran 2015/2016. Gelora: *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2), 453-465.
- Tim penyusun. (2020). *Pedoman Penulisan Skripsi FIK Unimed* : Medan, FIK Unimed
- Zulkarnain, I., Yundarwati, S., & Suriatno, A. (2016). Pengaruh Latihan