

## DAFTAR FUSTAKA

- Akhmadi,(2013).**Dasar-dasar Melatih KondisiFisik Olahragawan**.Medan:UNIMEDPress.
- Bompa,T.O.(2009)*TheoryandMethodologyofTraining*.Canada:Kendal
- Bompa and Gregory. 2009. *Periodization Theory And Methodolgy of Training. United States: Human Kinetics.*
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*.Bandung: FPOK UPI. \_\_\_\_\_.(2004). Perencanaan Program Latihan. Edisi kedua. Bandung: Tambak Kusuma CV.
- Hamid,ApriS.2007.*TeknikDasarKarate(Kihon)*.InkanasSumateraBarat:Padang.
- Ian Jeffreys (2013) . Dalam buku *Developing speed*
- Jakarta.Sukadiyanto.2011.*PengantarTeoridanMetodologiMelatihFisik*.Bandung: CV.
- Lee E. Brown dan Vance A. Ferrigno, ed (2005). dalam buku *Training for Speed, agility and quickness*
- Purba, P. (2018). *Karate*. Medan: Unimed PressSudjana.(2005).*MetodeStatistik*,BandungTarsito
- Sajoto,1995.*PembinaanKondisiFisikdalamOlahraga*.Semarang:IKIPSemarangPr
- ess
- Simbolon,(2016).*LatihanDanMelatihKarateIITeknik-TaktikKarate*. Pangurusan:InspirasiIndonesia.
- Sudjana, (1992). *Teknik Analisis Regresi dan Korelasi*.Edisi Ketiga. Bandung:Tarsito.
- Suharsimi Arikunto. 2006. **Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek**.