

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan. Unimed Press
- Arikunto, Suharsimi. 2011. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka
- Bompa, Tudor O. (1983). *Theory and metodologi of Training*. Dubuque, Iowa : Kendall/Hunt Publishing Company.
- Harsuki (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini*, Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada
- Harsono. (1988). *Choaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan
- James, C. Radelliffe. (1940). *Plyometrics*. Bidang Kepelatihan Kantor Menpora
- Purba, Pangondian (2012:7). *Buku Peraturan Karate/WKF*. Medan. Unimed Press
- Sajoto, M (1988). *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Simbolon, B. (2014). *Latihan Dan Melatih Karateka*. Yogyakarta. Griya Pustaka Yogyakarta.
- Situmeang, Rahman dan Bessy Sitorus Pane (2003). *Karate*. Medan. FIK UNIMED
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika*. Bandung, Tarsito.
- Sujoto, J.B. (2002). *Oyama Karate Seri Kihon*. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo
- Wahid, Abdul. (2007). *SHOTOKAN*. Jakarta. PT. Raja Grafindo Persada