

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin. (1992) **Atletik**. Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Arikunto Suharsimin. (2011). **Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik**. Jakarta : Rineka Cipta.
- Agus Kristiyanto. (2010) **Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Jasmani & Kepeleatihan Olahraga**. Jakarta UNSTRESS
- Bompa, Tudor. O. (1993) **Power Training For Sport** : Pliometricks for maximum Power Development.
- Carr, Garry . A (2003) **Atletik Untuk Sekolah**.
- Harsono, (1988) **Coaching dan Aspek-aspek Psikologi Dalam Coaching**. Jakarta : CV. Tambak.
- <http://www.kumpulanistilah.com/2011/04/peraturan-lompat-jauh.html>
- <http://www.sarjanaku.com/2011/09/lompat-jauh-pengertian-teknik-faktor.html>
- James, C.R dan R.C. Farentinous (1996) **Explosive Power** : training second Edition, Champaign : Humen Kinetics publistour, INC.
- Nasir Rosyidi (1985) **Pedoman Olahraga**. Tiga Serangkai.
- Sajoto, M. (1988) **Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga**. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suryosubroto. (1997). **Prosedur Belajar Mengajar Disekolah**. Jakarta PT. Rineka Cipta.
- Suyadi (2010) **Panduan Penelitian Tidakan Kelas**. Yogyakarta : Diva Press.
- Syarifuddin (2011) **Ilmu Kepeleatihan Olahraga Teori dan Aplikasinya dalam pembinaan olahraga**. Padang.
- Wahjoedi (2001) **Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani**. Jakarta : PT. Raja Grafindo Fersada.
- Widya Mochamad Djumidar A. (2004) **Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain** : Jakarta Rajawali Sport.
- Yosef Nossek (1982) **Teori Umum Latihan** LTD Lagos.