

DAFTAR PUSTAKA

- A. Chu, Donald. 1940. *Jumping Into Plyometrics*. Swiss: Leisurre Press
- Bompa, Tudor O. 1983. *Power Training For Speed. Canada: York Univercity Toronto Ontario, Second Prainting*
- 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
- Imran, Akhmad. 2013. *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: Unimed Press
- J. Radcliffe, dkk . 1997. *Explosive Power Training*. Champaign Illinols : Human Kinetics Publishers, Inc
- Lubis, Johansyah. 2014. *Pencak Silat Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Nurhasan, (2000). *Tes dan pengukuran*. Departemen Pendidikan Nasional
- Sajoto, M. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sudjana, (2000). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito Bandung