

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Wahit (2006). Shotokan, *Sebuah Tinjauan Alternatif Terhadap Aliran Karate- Do Terbesar di Dunia* .PT Raja Grafindo Persada. Jakarta
- A. Chu, Donald (1940). *Jumping Into Plyometrics*. Swiss. Leisurre Press
- Arikunto,Suharsimi (1998),**Metodologi Penelitian**. Bandung. Ghalia Indonesia
- Bompa, Tudor O. (1983). *Power Training For Speed. Canada, York Univercity Toronto Ontario, Second Prainting*
- C. Radelliffe, James. (1940). *Plyometrics*. Bidang Kepelatihan Kantor Menpora
- Harsono. (1988). *Choaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan.
- Krikendal.R Don, Gruger Joseph, Johnson E. Robert (1997). **Pengukuran Dan Evaluasi Untuk Guru Pendidikan Jasmani**. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Nossek,Yosef (1982). **Teori Umum Latihan**. Lagos: Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Sajoto, M. (1988). **Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga**. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Simbolon, B. (2015). **Latihan Dan Melatih Karateka**. Yogyakarta. Griya Pustaka Yogyakarta.
- Sudjana. (2005). **Metode statistik**, Bandung: Tarsito
- Sujoto, J.B. (2002). **Teknik Oyama Karate Seri Kihon**. Jakarta. PT. Elex Media Komputindo
- Suharto, (1999).**Tes kesegaran Jasmani Indonesia** .Departemen Pendidikan Nasional Pusat Kesegaran dan Rekreasi. Jakarta