

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 1998. **Metodologi Penelitian**. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Achmad Dradjat, (2003). **Tarung Derajat**. Pengda Kodrat. Bandung Indonesia
- Bompa, Tudor O. 1994. *Theory and Methodology of Training*. Dubuque, IOWA: Kendal/Hunt Publishing Company.
- Donald A. Chu (1992). *Jumping into plyometrics*. Compaign. Illionis: LeisurePress.
- Harsono.1988. **Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching**. Jakarta, Departemen pendidikan dan Kebudayaan.
- Nurhasan .1986.**Metode Penelitian**. Jakarta, Garmedia.
- James C.R dan R.C Foarentionos (1994), *Plyometrics*. Champaign. Illionis: Human Kinetics Publishers, Inc.
- Perguruan Pusat Tarung Derajat, (2005). **Peraturan Pertandingan**. Bandung.
- Sajoto. 1988. **Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga**. Jajarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sudjana. (2002). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.s
- Tim Dosen. 2004. **Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan**. Medan: UNIMED.

www.google.com <http://edukasicenter.blogspot.co.id/2015/05/bentuk-bentuk-latihan-kecepatan.html?m=1>



Character Building
UNIVERSITY