

## Daftar Pustaka

- Amin, Muhammad and Insanisty, Bayu and Sutisyana, Ari (2014). (*Pengaruh Latihan Lompat Gawang Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Atlet Bulutangkis Klub Pb Citra Kecamatan Argamakmur Kabupaten Bengkulu Utara*) Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1 (1) 2014. ISSN 2833-5522
- Bompa Periodization dan Bopathory and Methodologi “*Latihan*”  
Dr. Dikdik Zafar Sidik M.Pd “*Mengajar dan melatih Atletik*”
- Evelyn C. Pearce Anatomidan Fisiologi untuk Paramadis “*Otot Tungkai*”  
Elaine Chervis diterjemahkan oleh Meyjen TNI Tono Suratman “*Olahraga Anggar dan Sejarah Anggar*”
- Fardede Pujiansyah Ismail, Arwin, Tono Sugihartono (2017) (*Perbedaan Latihan Naik Turun Tangga Tunggal (Satu Tangga) Dengan Naik Turun Tangga Jamak (Enam Tangga) Terhadap Kemampuan Lari Sprint 60 Meter Siswa Kelas V Sd Negeri 69 Kota Bengkulu.*) Jurnal urnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1 (1) 2017. ISSN 2477-3311
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologi*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hidayat, Syarif (2014). *Pelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Le Blassons Anggar “*Latihan Anggar*”
- Nossek, Yosef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Pro.dr Agung Sunarno M.Pd “*Metode Penelitian Keolahragaan*”
- Sudjana, (1992 : 239) (sudjana 1992 : 94) (sudjana ,1992 :94) (sudjono, 1998 : 210) “*Statistik*”  
(Sutrisno hadi, 1987 : 4). “*Metode Penelitian*”  
( www. Ukurantianglarigawang/ tgl 22 – 7 2018/ jam PM 12.00)  
www. Naikturuntangatgl 16 – 6 2018/ jam PM 05.00)
- Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudjana. (1992). *Statistik*, Bandung, Tarsito.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Sajoto, M. *Pembinaan dan Peningkatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang, Dahara Prize, 1995.

Sidik, Didik Zafar. (2011). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung, PT Remaja Rsdakarya Offset

Sajoto. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY