

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). *Permainan Bola Basket*. Surakarta, Era intermedia
- Ahmad, Imran (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan : Unimed Press.
- Apriyan, Yogi., (2013), *Pengaruh Latihan Variasi Speed Ladder Drill Terhadap hasil Lari Sprint 60 Meter Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Jambi, Jurnal Kesehatan*, 7 (3) : 45-52.
- Ari Kunto, Suharsimi (1998). *Prosedur Penelitian* :RinekaCipta, Jakarta.
- Assya'bani, Khoiruzzaman., (2016), *Pengaruh latihan Ladder Drill icky shuffle terhadap kelincahan, Jurnal kesehatan*, 5 (2) : 40-46.
- Harsono (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta
- Irianto, D.,(2009), *Materi Pelatihan Kondisi Fisik Dasar, ASDEP Pengembangan Tenaga dan Pembina Keolahragaan*, Jakarta.
- Julianto, D, Onky, (2016), *Pengaruh latihan Ladder Drill IchyShuffle Terhadap Peningkatan kecepatan, Jurnal Kesuksesan*, 7 (3) :45-52.
- Junusul, Hairy., (1989), *Fisiologi Olahraga*, Jakarta, Departemen pendidikan dan Kebudayaan Jakarta.
- Ngurah, Gusti., (2015), *Pengaruh pelatihan zig zag run terhadap kecepatan dan kelincahan, Jurnal IKOR*, 2 : 1-10.
- Nala, (1998), *Prinsip pelatihan fisik olahraga*, Program Pascasarjana Program studi Fisiologi Olahraga Universitas Udayana, Denpasar.
- Nurhasan (2001). *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta, DepdikbudDikjenDikti.
- Prasetya, Tisna., (2016), *Pelatihan Ladder Drill Jarak 6M dan 8M Berbeban 1 Kg Terhadap Peningkatan Kelincahan, Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* 2 (1) : 32-40,
- Rusmini, (2013), *Upaya guru meningkatkan keterampilan dasar dribbling dalam permainan bola basket pada siswa sekolah dasar kelas 5, Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2 (1) : 25-31.
- Sajoto, Mochammad. (2002). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta
- (1995). *Peningkatan Dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang. Dahara Prize
- Sarumpaet dkk (1992). *Permainan Besar*. Jakarta. Pendidikan Dan Kebudayaan.

Sudjana (1992).*Metode Statistik*. Bandung, Tarsito.

Sukadiyanto, (2005), *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*, Lubuk Agung, Bandung.

Sastra, N., (2014), *Pengaruh pelatihan modifikasi zig zag run terhadap peningkatan kecepatan dan kelincahan pada siswa putra peserta ekstrakurikuler sepak bola SMA PGRI 1 Amplaura tahun ajaran 2013/2014, Jurnal IKOR*, 1 : 1-10.

Sulistia,(2014),*LatihanLari Zig Zag Lebih Baik dari Latihan Skipping Untuk Meningkatkan Agelity, Jurnal Fisioterapi*,14(2) :78-86.

Tangkudung, James (2006). *Metedeologi Penelitian*. Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada.

Widiastuti, (2015), *Tes dan pengukuran Olahraga*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.

