

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad , I. 2013. *Dasar – Dasar Melatih Fisik Olahraga*. Medan : Unimed Press.
- Aksyhar, A.K.N 2012. *Keefektifan Latihan Sprint Antara Interval Statis Dan Dinamis Terhadap Kecepatan Tendangan Depan Pencak Silat Pada Atlet Remaja Padepokan Silat Naga Hitam Indonesia Kelurahan Lampor Tengah Kota Semarang* . Skripsi . Universitas Negeri Semarang.
- Alfin Adam, Hendro Wardoyo dan Tirta Apropoyanto. 2022, *Pembuatan Alat Bantu Latihan Reaksi Pada Pencak Silat Kategori Tanding*. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and education*, Vol:6, No p-ISSN:2548-8511.
- Susanto, Dona Merlin., dkk. (2020). *Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat*. *Jurnal Patriot*, Volume 2 nomor 3, p-ISSN 2655-49.
- Fendrian, F. 2013. *Efektivitas Teknik Serangan Pukulan Dan Teknik Serangan Tendangan Terhadap Prolehan Poin Dalam Pertandingan Komite Cabang Olahraga Karate*. Skripsi . Universitas Pendidikan Indonesia.
- Gunawan, A. 2007. *Beladiri*. Yogyakarta : Pustaka Insan Madani.
- Hariadi, R.K.S. 2003. *Teknik Dasar Pencak Silat Tanding*. Jakarta : Rakyat.
- Hariono. 2006. *Metode melatih pencak silat*. Yogyakarta : fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri yogyakarta.
- Harsono. (1997). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: PT.DirjenDiktiP2LPT.
- Irianto, Djoko pekik. (2007). *Panduan gizi lengkap keluarga dan olahragawan*. Andi offset. Yogtakarta.
- Hidayat, S & Haryanto, I . 2021. *Pengembangan Tes Kelincahan Tendangan Pencak Silat*. *Jambura Jouernal Of Sports Coacing*. 3(2): 75 – 76.
- Kriswanto, E. 2015. *Pencak Silat* . Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Lubis, J. 2004 . *Pencak Silat*. Jakarta : Rajagrafindo Persada, 2004.
- Maulana, A 2010. *Analisis Perbandingan Aikido Dijepang Dan Silek Diminangkabau Sebagai Seni Beladiri Tradisional*. Skripsi. Universitas Sumatra Utara.
- Mustain, A. 2 & Akbar, R. 2021. *Pengembangan Alat Ukur Kecepatan Reaksi Tendangan Dan Pukulan Berbasis Whole Body Reaction (WBR) Pada*

Atlet Pencak Silat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Sosial*. 10 (1) : 139 – 140.

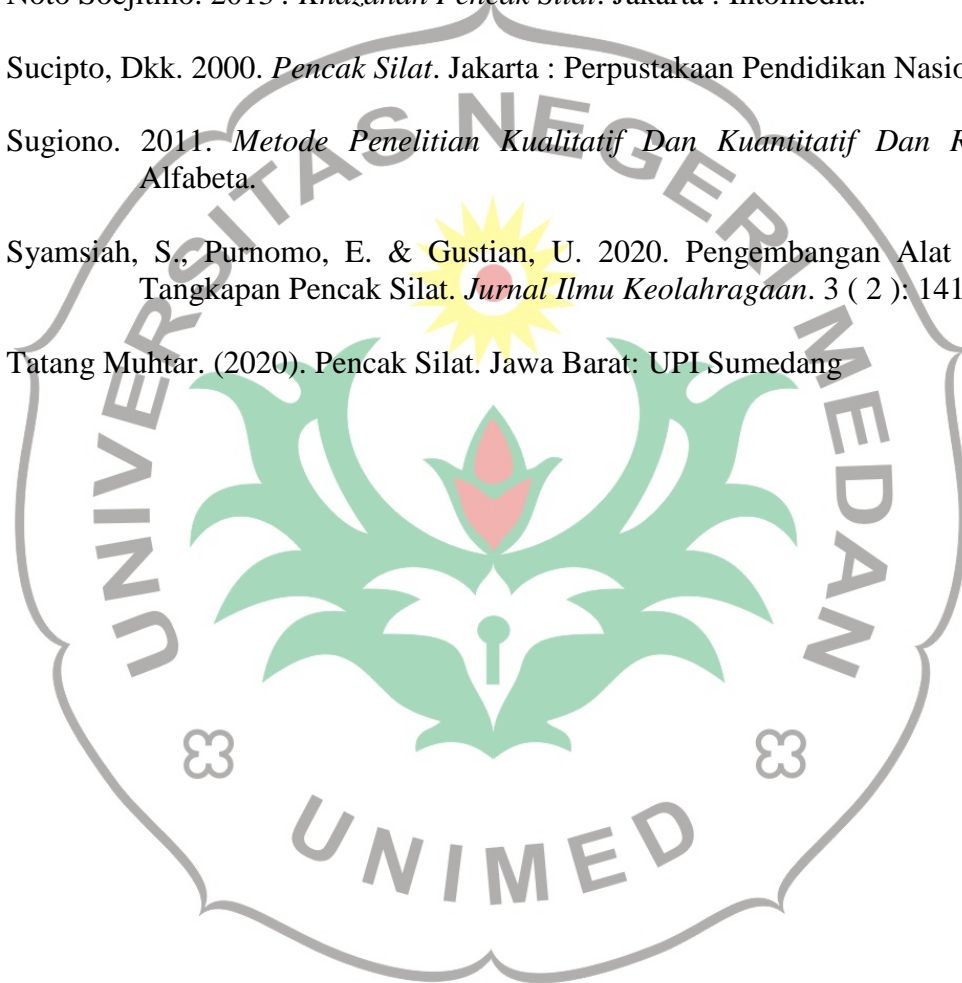
Noto Soejitmo. 2013 . *Khazanah Pencak Silat*. Jakarta : Intomedia.

Sucipto, Dkk. 2000. *Pencak Silat*. Jakarta : Perpustakaan Pendidikan Nasional.

Sugiono. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Dan R & D*, Alfabeta.

Syamsiah, S., Purnomo, E. & Gustian, U. 2020. Pengembangan Alat Latihan Tangkapan Pencak Silat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 3 (2): 141-142.

Tatang Muhtar. (2020). *Pencak Silat*. Jawa Barat: UPI Sumedang



THE
Character Building
UNIVERSITY