

## DAFTAR PUSTAKA

- Bompa O, Tudor. (1988). *Theory and Methodology Of Training The Key to Athletics Performance*. Dubuqe, Low Kendal Hunt Publishing Company.
- Harsono (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta
- Joansyah Lubis (2004). *Pencak Silat Paduan Praktis*. Jakarta, Grapindo Persada
- Nurhasan (2001). *Tes Dan Pengukuran*. Jakarta. Direktorat Jenderal Olahraga, Jakarta.
- Radcliffe, J.C dan Farentinos, R.C (1985). *Plyometrics : Explosive Power Training*. Champaign. Illionis : Human Kinetics Pubhisner.
- Sajoto, M (1988). *Pembinaan Dan Peningkatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sudjana (2005). *Metode Statistik*. Bandung : Tarsito
- PB. IPSI. (2007). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat Antar Bangsa*
- PB. IPSI. (2008). *Bidang Teknik, MUNAS IPSI IX*.