

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta; Rineka Cipta.
- Barbara L. Viera & Bonnie. 2000. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta; PT. Raja Grafindo Persada
- Bompa. 1994. *Total Training For Sport, Plometric For Maximum Power Development*. Oakville_ New York – London. Mosuic Press.
- _____. 1983. *Myotatic Stretch Training As a Power Method For Trackcycling*. Seoul, Korea; Olympic Scientific Congress.
- Chu, Donald. 1992. *Jumping Into Plyometrics*. Champaign; Illeisure Press.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Fisiologis dan Coaching*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Kawand News. 2011. <http://www.kawandnews.com/2011/11/pengertian-latihan-qliometrik-double.html>. Yang didownload pada Tanggal 09 12 Desember 2011.
- Kosasih Engkos. 1983. *Plyometrics; Explosive Power Training*. Menpora.
- _____.1983. *Olahraga dan Teknik Program Latihan*. Jakarta; Akademika Pressindo.
- Mukholit. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Yudhistira.
- M. Nazir. 1988. *Metode Penelitian*. Jakarta. Ghalio Indonesia
- Radcliffe dan Farentinos. 1994. *Explosive Power Training*. Champaign, Illionis, Human Kineticks Publistour, INS
- Robinson. 1987. *Research Desain And Statistic for Physical Education*. New Jerse; Prentice Hall. Inc.
- Sajoto. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta; Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suharno. 1982. *Teknik Permainan Bola Voli*. Bandung: Arkola
- Sudjana. 1992. *Metode Statistik*. Bandung.
- Viera, dkk,. 2004. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta; Raja Grafindo Persada.
- Yunus, Muhammad. 1992. *Permainan Bola Besar*. Jakarta: Rineka Cipta