

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Harsono. (1988). *Choaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta :Depdikbud. Dirjen dikti.
- Hasanah, Mufidatul. (2013). *Pengaruh Latihan Pliometrik Depth Jump dan Jump to Box Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bola Voli Klub Tugumuda Kota Semarang*. Skripsi Universitas Negeri Semarang
- Hidayat, Imam. (1997). *Biomekanika Olahraga*. Bandung: FPOK-IKIP Bandung.
- IamBishop. (2012). [online]. Tersedia di :
http://www.iambishop.com/bishop_jump/
Diakses tanggal 15 September 2014
- Imanudin, Iman. (2008). *Ilmu kepelatihan olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Nur, Navi, M. (2013). *Pengaruh MetodeLatihan Power dengan Bentuk Latihan Squat terhadap Peningkatan Power Tungkai Dalam Lompat Jauh*. Bandung: Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia
- Nurhasan, H dan Hasanudin, D. C. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahraagaan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Promerasport. (2012). [online]. Tersedia di :
[http:// www.promerasport.com/how-to-squat/](http://www.promerasport.com/how-to-squat/)
Diakses tanggal 15 September 2014
- Radcliffe, J. C. & Farentinos, R.C. (1985). *Plyometric: explosive Power training*. Second Edition. Human Kinetics Publisher, Inc, Champign, Illionis.
- Rasyid, Ainur. (2014). *Efektifitas Pelatihan Plyometric dan Weight Training dalam Peningkatan Strength dan Power Otot Tungkai*. Semarang: STKIP PGRI Sumenep

Handy Rofianto, 2015

PERBEDAAN PENGURUH METODE LATIHAN PLYOMETRIC DENGAN LATIHAN BEBAN TERHADAP PENINGKATAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI PADA SISWA SMA N 2 SUBANG DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Riyadi, Slamet. (2008). *Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Terhadap Power Otot Tungkai*. Tesis Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Sholeh, Muchhamad. (2013). *Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Plyometric dan Berbeban Terhadap Peningkatan Smash Forehand Bulutangkis ditinjau dari Motor Ability*. Surakarta: FKIP UTP Surakarta
- Santoso, Singgih (2009). *Panduan Lengkap Menguasai Statistik dengan SPSS 12*, Jakarta: Elex Media Komputer
- Soedarminto. (1992). *Kinesiologi*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. [online]. Tersedia di : <http://digilib.unm.ac.id/files/disk1/4/unm-digilib-unm-fahrizal-195-1-10.ichal.pdf>
Diakses tgl 26 November 2014.
- Soelistyo, T.A. (2012). *Pengaruh Latihan Plyometric Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Peningkatan Ketepatan Tembakan Sepakbola*. Skripsi pada FKIP UTP Surakarta
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan – Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Universitas Pendidikan Indonesia. (2014). *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Bandung: UPI press.
- Wikipedia. (2014). [online]. Tersedia di :
http://id.wikipedia.org/wiki/Latihan_kekuatan
Diakses tanggal 10 September 2014