

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Chu, Donald A. (1992). *Jumping Into Plyometrics*. California, Castro Valley. Leisure press.
- Damiri, Achmad. (1994). *Anatomi Manusia*. Bandung: FPOK IKIP.
- Giriwijoyo, YS Santoso. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB
- Giriwijoyo, YS Santoso. (2007). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Harsono (1988). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Cv Tambak Kusuma.
- Lutan, Rusli. (2007). *Pengembangan Sistem Pembelajaran Model Mata Kuliah Metode Penelitian Pendidikan Dalam Pelatihan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Nurhasan, dkk (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK UPI
- Nurhasan, dkk. (2002). *Modul Mata Kuliah Statistik*. Bandung. FPOK UPI.
- Nurhasim. (2014). *Pengaruh Latihan Plyometrics Frog Leaps dan Latihan Weight Training Squat Terhadap Power Otot Tungkai*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- PERBASI. (2006). *Peraturan Permainan dan Pertandingan Bola Basket*. Jakarta.
- Pesurnay, Paulus L. (2005). *Latihan Kecepatan dan Kekuatan*. Jakarta: Komisi Pendidikan dan Penataran KONI Pusat.
- Radcliffe dan Farentinos. (1999). *High-Powered Plyometrics*. Australia. *Human Kinetics*.
- Raya, Citra. (2014). *Pengaruh Latihan Plyometrics Bentuk Split Jump dan Knee Tuck Jump Terhadap peningkatan Power Otot Tungkai dan Dukungannya Terhadap Hasil Shooting Pada Cabang Olahraga Sepakbola*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Satriya, dkk. (2007), *Modul Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Bandung. FPOK UPI.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Surakhmad, Winarno. (1990). *Pengantar Penelitian Ilmiah*. Bandung: Tarsito
- Universitas Pendidikan Indonesia. (2014). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*, Bandung: UPI.
- Yulandari, Tiar. (2014). *Pengaruh Metode Latihan Plyometrics dan Weight Training dan Pyramid System Terhadap Peningkatan Power Endurance*

dan Hasil Kecepatan Nomor 50 m Surface Monofin Cabor Selam. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.

Sidik, Dikdik Zafar. (2008). *Pembinaan Kondisi Fisik (dasar dan lanjutan)*. Bandung. FPOK UPI.

- A. 2015. (online).Duniasfitnes.com,<https://www.duniasfitnes.com/muscles-building/legs>,21Mei2015.
- B. 2015. (online).<http://eprints.uns.ac.id/6030/1/138871008201009571.pdf>, 21Mei2015.
- C. 2015. (online).<https://www.google.com>,24Mei2015.
- D. <http://repository.unri.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/2801/Jurnal%20nina%20belum%20siap.pdf?sequence=1>,7Juni2015
- E. 2015.(online).<https://repository.upi.edu/>,7Juni2015