

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, To.(2003). *Theory And Methodology Of Training*. Kendall/Hunt Publishing Company.
- Chan, F. (2012). *Strength Training (Latihan Kekuatan)*. Porkes Fkip Universitas Jambi, 2.
- Erawan. B. (2008). *Modul Kuliah Gulat*. Bandung : Fpok Upi
- Gble. D. (1998). *Coaching Wrestling Succsesfully*. Usa.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- B., E. (2008). *Modul Kuliah Gulat*. Bandung : FPOK UPI.
- Chan, F. (2012). *Strength Training (Latihan Kekuatan)*. PORKES FKIP Universitas Jambi, 2.
- Chandler, T. a. (2008). *Conditioning for Strenght and Human*. Lippincott Williams and Wilkins, Philadelphia,, 381.
- Crow, G. a. (2014). *Community Life: An introduction to local social*. Hemel Hempstead: Harvester Wheatsheaf New York,USA, 12.
- Fitriana, E. (2016). *Survei Tingkat Kelentukan Dan Kelincahan Atlet Gulat Pplpd Kabupaten Malang*. Universitas Malang, 1-10.
- Giriwijoyo, H. d. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: CV Kesuma.
- Juliantine, T. (2012, hlm 32). *model model pembelajaran pendidikan jasmani*. Bandung: FPOK UPI.
- Kusumawati, D. E. (2016). *Pengaruh Komposisi Tubuh Dengan Tingkat Kebugaran Fisik*. Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia, Vol 1 Hlm 2.
- Marshall. (n.d.). *Understanding Media The extensions of man*. London and New York.

- Mekayanti. (Januari 2015). *Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan dengan Menggunakan "Secret Method"**. Jurnal Virgin, Jilid 1, nomor 1, 40-49.
- Nala. (2011). *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Universitas Udayana, 23.
- Nila Yuniar, A. H. (2018). *Persepsi Terhadap Pemberian Insentif Dengan Motivasi Berprestasi Pada Pemain Sepak Bola*. Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Islam Agung Semarang. Vol. 4 (2), ISSN: 1907-8455, 63-70.
- Nur, F. (2014). *Perilaku Knowledge Sharing Multi Bahasa Pada Komunitas Fakta Bahasa*. Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan, 5.
- Sabri Alper Cavit, A. A. (2015). *Differences in Motivation for Participating Sport Activities According to Sport Branches*. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS), 1-10.
- Signorile, J. (2007). *Periodisation Training For The Master Athlete*. Functional Exercise And Activity For Healty Aging, Vol 5 No 5.
- Singh, K. (2011). *Study of Achievement Motivation in Relation to Academic Achievement of Students*. International Journal of Educational Planning & Administration. ISSN 2249-3093 Volume 1, Number 2 , 161-171.
- Soenarno. (2002). *Komunitas Sebagai Pilar Pembangunan Manusia*. Jakarta.
- Tohir, D. (2016). *Program Bimbingan Pribadi Sosial untuk Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa*. Journal of Regional Public Administration (JRPA), Volume 1 Nomor 1 Desember, 80-93.
- Utomo, M. (2014). *Pengaruh Latihan Tolak Peluru Dengan Penambahan Latihan Knee Tuck Jump*. Journal of Sport Sciences and Fitness, 2-4.
- Yuhanita, N. N. (2015). *Pelatihan Motivasi Berprestasi untuk Menurunkan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. PSIKOPEDAGOGIA Universitas Ahmad Dahlan, Vol 4., 1-11.