

DAFTAR PUSTAKA

- Simbolon, Bermanhot. (2014). Latihan dan Melatih Karateka. Yogyakarta: Griya Pustaka.
- Danardono. (2006). Sejarah, Etika, dan Filososfi Karate. Artikel e-staff FIK UNY. Hlm. 1-23.
- Dhanik Fahrizal. (2007). Pengaruh Latihan Plyometric dengan Tumpuan Dua Kaki Secara Bersam dan Bergantian Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai Atlet di Bantul. Skripsi: FIK UNY.
- Didi Waluyo Jati. (2007). Pengaruh Latihan Double Front Jump Combination Terhadap Peningkatan Power Otot Tungai Pada Pesilat Remaja. Skripsi: FIK UNY.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). Dasar Kepelatihan. Yogyakarta: FIK UNY.
- Dwi Hatmisari, dkk. (2007). Pelatihan Pelatih Fisik Level 1. Jakarta: Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga
- H Subardjah. (2012). Latihan Fisik. Jurnal. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hasan Alwi. (2002). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Balai Pustaka, Jakarta. Gramedia.
- Lubis Johasyah. (2012). Mengenal Latihan Pliometrik. Diakses dari [http://dokumen.tips/download/link/4-mengenal-latihan pliometrik561a97cbbe3a2](http://dokumen.tips/download/link/4-mengenal-latihan-pliometrik561a97cbbe3a2). pada tanggal 25 Desember 2015, Jam 11.43 WIB.
- M. Nakayama. (1966). Dynamic Karate. London: Ward Lock Limited
- Muhaimin, Sutiah, & Sugeng. (2009). Pengembangan Model Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) pada Sekolah dan Madrasah. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rusli Lutan. (2000). Belajar Ketrampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode. Jakarta: P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud.
- Sudrajat Prawirasaputra. (2000). Sepak Takraw. Jakarta: Balai pustaka
- Sugiyono. (2009). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto & Dangsina, M. (2011). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung. Lubuk Agung.
- Suharsimi Arikunto. (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: PT Reneka Cipta.
- Sukintaka. (2001). Teori Pendidikan Jasmani. Solo: ESA Grafika.
- Suryobroto. (2005). Tata Laksana Kurikulum. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Tim Anatomi FIK UNY. (2010). Diktat Anatomi Manusia. Yogyakarta: Laboratorium Anatomi FIK UNY.

- Universitas Negeri Yogyakarta. (2011). Pedoman Tugas Akhir UNY.
Yogyakarta: Kampus Universitas Negeri Yogyakarta.
- World Karate Federation Team, (2015). KATA AND KUMITE
COMPETITION RULES REVISION 9.0.
- Y.S. Santoso Giriwijoyo, dkk. (2005). Manusia dan Olahraga. Bandung: ITB dan
FPOK UPI.
- Gugun Arif Gunawan (2007). Teknik dan Ilustrasi Beladiri. Yogyakarta.Drs.
Victor G Simanjuntak, M.Kes. dkk. (2004). Teknik dasar karate. Pondok
Hijau-Ciputat Indonesia