

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, Tudor. (1994). *Theory and Methodology of Training*. (3th ed). Dubuque, Iowa: Kendal/ Hunt Publishing Company.
- Dwika Hayu Susanti. 2010. *Pengaruh Modifikasi Latihan Power Menggunakan Karet Terhadap Power Tungkai Atlet Taekwondo*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi.
- Devi Tirtawirya. (2006). "Metode Melatih Teknik dan Taktik Taekwondo". FIK. UNY.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). "Dasar Kepelatihan " Yogyakarta.FIK.UNY
- Farida Yuni susilowati.(2005). "Penyusunan Tes Ketrampilan Tendangan Taekwondo bagi Mahasiswa Perguruan Tinggi". Skripsi.FIK.UNY
- Google. (2018). Dollyo Chagi. Diakses 20 Febuari , dari <https://images.app.goo.gl/Z87vqPvKyWDDKPeP8>
- Guyton, A.C., dan Hall, J.E., 2001. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*, Alih bahasa: Setiawan, I. dan Santoso, A., Penerbit Buku Kedokteran EGC Jakarta
- Harsono. (1988). *Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching*. Jakarta: Depdikbud
- Ismaryati, (2006). *Power menyangkut kekuatan dan kecepatan*. Jakarta: Gramedia Pustaka
- Jogiyanto, H.M. (2004). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Yogyakarta: FE UGM. 77
- Nossek, Josef. (terjemahan Furqon). (1995). "General Of Training (Teori umum Latihan)". Surakarta : Universitas Sebelas Maret
- Google. (2013). Otot Tungkai. Diakses 29 Desember , dari : <https://images.app.goo.gl/YqJiyCVK8dRzo9dY89>
- Sadoso Sumosardjuno. 1996. *Pengetahuan Praktis Kesehatan dan Olahraga* :PT. Gramedia
- Sigit Nugroho (2010). *Pengaruh Latihan Plyometric dengan Modifikasi Tendangan Narae Chagi dan Teknik Twio Dwi Chagi Terhadap Power Tungkai Atlet Taekwondo*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi.

- Soekarman. 1991. *Energi dan Sistem Predominan pada Olahraga*. Jakarta: Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat
- Sugiyono. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto. (2002). "*Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*". Edisi Revisi VII. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukadiyanto. 2005. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Google. (2021). Resistance Band. Diakses 11 Juni , dari : <https://images.app.goo.gl/Eje5Qr6DeuvNLIuc7>
- Thomas R. dan Roger W. (2008). "*Essentials of Strength Training and Conditioning*".
- The World Taekwondo Federation. (2015). "*Competition Rules&interpretation*". Jakarta: komisi Perwasitan PBTI.
- Tjaliek Sugiardo. (1991). *Fisiologi Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Jogiyanto, H.M. (2004). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Yogyakarta: FE UGM.
- V. Yoyok Suryadi. (2002). "*Taekwondo Poomsae Taeguek*". Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia