

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. 2015. *Strategi Pembelajaran PJOK*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Amlin. 2009. *Definisidan Hakekat Ekstrakurikuler*. Jakarta : RinekaCipta
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ati, Harmoni. (2011). *Softskill, Kegiatan Ekstrakurikuler, dan Pilihan Karir*. Diakses pada ati@staff.gunadarma.ac.id. pada tanggal 28 Februari 2018, jam 14.00 WIB.
- Azizi MA. (2013). *Pengaruh Latihan Split Jump Terhadap Peningkatan Kecepatan Tendangan Depan Pada Pencak Silat*. *Jurnal Universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Keolahragaan*. Jurusan Pendidikan Kesehatan Dan Rekreasi. Program Studi Ilmu Keolahragaan.
- Firdaus, Efendy. 2016. *Buku Ajar Pelatih Fisik Level 1*. Padang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Gunawan, Arif Gugun. 2007. *Bela Diri*. Yogyakarta: Insan Madani.
- Hastuti. 2008. *Pengetahuan Ektrakulikuler*. Melaui www.google.com Diakses 28 Februari 2018
- Irawadi, Hendri. 2014. *Kondisi Fisik Dan Pengukurannya*. Padang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Iskandar, M. Atok,. Soemarjono, & Soegianto. 1992. *Pencak Silat*. Milik Negara: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- MUNAS IPSI XIII. 2012. *Peraturan Pertandingan Pencak silat*. Jakarta: Pengurus Besar Ikatan Pencak Silat Indonesia.
- Pemerdikbud RI. No.62 (2014). *Tujuan Kegiatan Ekstrakulikuler*. Melalui www.Google.com Diakses 28 februari 2018.
- Rasyid, Willadi. 2015. *Strategi Model Pembelajaran PenjasKesrek*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
- Seniati, Liche, dkk. 2011. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta : PT. Indeks
- Sudiana, I ketut & Ni Luh Putu Sepyanawati. 2017. *Keterampilan Dasar Pencak Silat*. Depok: Raja Wali Pers.

Septianim. (2011). Manajemen Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Meningkatkan Kualitas Sekolah (Studi Kasus di SMAN 1 Malang). *Abstrak Skripsi Universitas Negeri Malang*. Malang: Universitas Negeri Malang.

Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 *Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: BP Cipta Jaya.

Wati, Ega Rima. 2016. *Ragam Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Kata Pena.

Yulvianus Harjuno. *BOS Hambatan Kegiatan Ekstrakurikuler Sekolah*. Diakses dari <http://Kompas.com> pada tanggal 28 Februari 2018, jam 10.30 WIB

Zulman. 1995. *Pencak Silat*. Padang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.