

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Suatu Pendekatan Praktik* Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2010.
- Apta Mylsidayu dan Feby Kurniawan, *Ilmu Kepeleatihan Dasar*, Bandung: Alfabeta, 2015.
- Bompa, Tudor, *Periodization Theory and Methodology of Training*, (New York University, Champaign: Human Kinetics Books, 2009.
- Candra, Eddy, *Belajar Karate*, Jakarta: Pradya Paramita, 1981.
- Depdiknas, *Kurikulum Berbasis Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*, Jakarta: Depdiknas, 2001.
- JB. Sujarwo, *Teknik Oyama Karate*, Jakarta: PTElex Media Kompotindo, 1996.
- James Tangkudung dan Wahyuningtyas puspitorini, *Kepeleatihan Olahraga*, Jakarta, Cerdas Jaya, 2012.
- Kiram, Yanuar, *Belajar Motorik*, Jakarta: Departemen pendidikan dan kebudayaan, 1992.
- Masnun, Dadang, *Biomekanika Dasar* Jakarta: FPOK Jakarta, 1980.
- Muchin, Sabeth, *Karate Terbaik, terj. Soritua Hutagalung*, Jakarta: PT. Indira. 1980.

Ormrod, Jeanne Ellis. *Psikologi Pendidikan Membantu siswa tumbuh dan berkembang*, Jakarta: Erlangga. 2008.

Prihastono, Arief, *Pembinaan Kondisi Fisik Karate*. solo: CV. Aneka, 1994.

Pery, Paul, *Bebas Cedera Karate*, Jakarta: Ghalla Indonesia, 1994.

Permana, Asepta Yoga, *Karate*. Surabaya: Insan Cendekia, 2008.

Setiadarma, Monty P, *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga Jakarta*, Pustaka Sinar Harapan. 2000.

Suharsaputra, Uhar, *Metode Penelitian kuantitatif, Kualitatif dan tindakan*, Jakarta: PT. Rafika Aditama, 2012.

Victor G. Simanjuntak dan Marta Dinata, *Teknik Dasar Karate* Jakarta: Cerdas Jaya, 2004

Widiastuti, *Tes & pengukuran Olahraga*, Jakarta: Bumi Timur Jaya, 2011

<http://eprints.uns.ac.id/3748/1/173422312201007381.pdf>. diakses pada 1 Februari 2018 Jam 09.00 WIB

<https://ajisipit.wordpress.com/gerakan-dasar/>. diakses pada 1 Februari 2018 Jam 11.00 WIB

<https://frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2012.00224/ful>. diakses pada hari senin pukul 16.00

<https://contohmakalah222.blogspot.com>. diakses pada hari sabtu pukul 13.00

<http://informasimpn9cimahi.wordpress.com>, tentang ekstrakurikuler diakses pada 5 Februari Jam 13.00 WIB