

## DAFTAR PUSTAKA

Adam, Larisa Parama. *Analisis Gerak Teknik Lompat Tinggi Gaya Flop Atlet Putra Pada Kejurda Jawa Tengah Tahun 2015*. Diss. Universitas Negeri Semarang, 2016.

Abs, T. a. (2013, May 10). *The Anatomy of Your Abs*. Retrieved from Truth About

Abs: <http://abs-fast.com/the-anatomy-of-your-abs/>

Delavier, F. (2010). *Strength Training Anatomy*. Human Kinetic.

Dr.Johansyah Lubis, H. W. (2016). *Pencak Silat edisi ketiga*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Freeman, Will, ed. *Track & Field coaching essentials*. Human Kinetics, 2015.

Haqiyah, A., Mulyana, M., Widiastuti, W., & Riyadi, D. (2017). The Effect of Intelligence, Leg Muscle Strength, and Balance Towards The Learning Outcomes of Pencak Silat with Empty-Handed Single Artistic. *Journal of Education, Teaching and Learning*, 2(2), 211-217.

International Amateur Athletic Federation Coaches Education & Certification  
System Level I/II Jumping Events Textbook, hal.8

Indrawan, R., & Yaniawati, P. (2016). *Metode Penelitian*. Bandung: PT Refika  
Aditama.

Junaidi, Ilham Arvan. "Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan  
Dengan Hasil Lompat Tinggi Gaya Flop Mahasiswa Program Studi  
Pendidikan Olahraga Universitas PGRI Palembang." *Halaman  
Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)* 1.1 (2018): 62-73.

Joseph, L. R. "USA Track & Field coaching Manual, USA Track &  
Field." *Human Kinetics* (2000): 249-264.

Kurniawan, Wisnu Aditya, and S. M. K. Negeri. "Peningkatan Hasil Belajar  
Lompat Tinggi Melalui Penerapan Gaya Mengajar Divergen Pada  
Siswa Kelas X TPM 1 SMKN 1 Brondong Lamongan."

Kamila, Azrah. "Aktifitas Lompat Jauh, Lompat Tinggi." (2020).

Paturohman, A. D., Mudian, D., & Haris, I. N. (2018). Hubungan Antara  
Kecepatan Lari dan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh  
Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V SD Negeri Ciwiru Kecamatan  
Dawuan. *Biomatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu  
pendidikan*, 4(01).

Prasastiningtyas, Tabhita Ratna, and Djawoto Djawoto. "Pengaruh citra merek, kualitas produk, dan harga terhadap keputusan pembelian kartu seluler." *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen (JIRM)* 5.7 (2016).

Popalri, P. "Kontribusi Kecepatan Lari 30 Meter dan Explosive Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh." *Jurnal Perspektif Pendidikan* 12.2 (2018): 40-48.

Ridwan, M., & Sumanto, A. (2017). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan dan Kelentukan dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(01), 69-81.

Refiater, Ucock Hasian. "Hubungan Power Tungkai Dengan Hasil Lompat Tinggi." *Jurnal Health and Sport* 5.03 (2012).

Relays, S. and. (1989). Track and Field Coaching Manual. In *Track and Field Coaching Manual*.

Sajoto, M. (2008). *Peningkatan dan Pembinaan Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.

Sudjana. (1992). *Teknik Analisis Regresi dan Korelasi*. Bandung: Tarsito.

Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.

Safrit, M., & Wood, T. (1995). *Introduction to Measurement in Physical Education and Exercise Science*. US: Mosby.

Sakti, N. W. P., & Irmansyah, J. (2016). Pengaruh Latihan Pyometric dan Resistance terhadap Peningkatan Kecepatan dan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 2(2), 218-229.

Tonadi, Iwan, and Muhammad Jafar. "Evaluasi Kemampuan Lompat Tinggi Siswa Putra Kelas X SMA Negeri 6 Takengon Kabupaten Aceh Tengah." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi* 1.1 (2015).

Tisna, Gede Doddy. "Profil Antropometrik, Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Reaksi dan Fleksibilitas pada Atlet Lari 100 Meter." *Jurnal Penjakora* 4.2 (2018): 46-57.

Thompson, P. (2009). *Run! Jump! Throw! the Official IAAF Guide to Teaching Athletics*. International Association of Athletics Federations.

Widodo, Slamet. "Cara Mengembangkan Kecepatan Lari." *Pendidikan Dan Kepelatihan Olahraga* 3.1 (2010).

Wiarso, G. (2013). *Atletik*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Widya, D. (2004). *Belajar Berlatih Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta : CV Gramada Offset.