

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra, Bola Tangan, Jakarta : Depdikbud, 1999
- Bompa Tudor O., PERIODIZATION Theory and Methodology of Training, Diterjemahkan oleh tim dosen FIK UNJ, Jakarta: FIK UNJ Jakarta, 2009
- Bouchard Claude, Masalah-masalah dalam Kedokteran Olahraga dan Coaching, diterjemahkan oleh Moch. Soebroto Jakarta: Depdikbud RI, 1975
- Dadang Masnun, kinesiologi Jakarta: Fakultas Pendidikan Olahraga dan kesehatan 1989
- Dougall J. Duncan Mac. et.all, Physiological Testing of th Elite Athlete, Kanada: *The Canadian Association of Sport Sciences*, 1982,
- Hamidsyah Noer, dkk, Materi Pokok Kepeleatihan Dasar, Jakarta: Depdikbud, 1993
- Hardianto Wibowo, Anatomi Osteologi Dan Artopologi, Jakarta: IKIP Jakarta, 1977
- Harsono, coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching, Jakarta: Depdikbud, 1998
- Imam Sodikun, Olahraga Pilihan Bola Basket, Jakarta: Departemen Pendidikan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan, 1992,
- Lippert Lynn S., MS, PT Clinical Kinesiology and Anatomy, 2006
- M. Sajoto, Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga, Jakarta: Dahara Prize, 1995
- Pedoman AD/ART Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Jakarta

- Rahantoknam B. Edward, Belajar Motorik : Teori dan Aplikasinya dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti, 1988
- Russel Pete, Mc Clenaghen, Rotella, Dasar-Dasar Ilmiah Kepelatihan, Diterjemahkan oleh Kasiya Dwijowinoto, Semarang: IKIP Semarang
- Sevilla Consuelo G, Pengantar Metode Penelitian, Jakarta: UI-Press, 1993, diterjemahkan oleh Alimuddin Tuwu.
- Sudjana, Metoda Statistika, Bandung : Tarsito, 2002
- Sugiyono, Metode Penelitian Administrasi, Bandung: Penerbit Alfabeta, 1994
- Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Bandung :Alfabeta, 2002.
- Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, Jakarta: Rineka Cipta, 2010
- Vic Ambler, Petunjuk Pelatih dan Pemain Bola Basket, Bandung: Pionir Jaya, 2006
- Widiastuti, Tes dan Pengukuran Olahraga, Jakarta : PT Bumi Timur Jaya, 2011
- <http://duniafitnes.com/training/bebas-nyeri-punggung-dengan-6-latihan-terbaik-untuk-otot-punggung.html> diakses senin 17 april 2015
- <http://hitamandbiru.blogspot.com/2012/06/pengertian-prestasi.html#ixzz3ZA4rqzg8>. Di akses 22 maret 2015
- <https://h4lim4tusy4.files.wordpress.com/2010/10/otot-lengan-atas-1.jpg> diakses pada tanggal 1 Januari 2015