

## Daftar Pustaka

- Bompa, Tudor. 2010. *Periodization: Theory and Methodology of Training. Human Kinetics*. USA
- Fisher, A.Garth, Jensen, Clayne R.1990. *Scientific Basis of Athletic Conditioning 3<sup>rd</sup> Edition*. Philadelphia. PA: Lea&Febiger.
- Bambang Kridasuwarmo 2013. *Biomekanika Olahraga: Pemahaman Dasar Tentang Biomechanics Aplikasinya Dalam Bidang Olahraga* FIK UNJ.
- Drs. Moeh. Soebroto, M.Ed,1975 *Masalah-Masalah dalam kedokteran olahraga,latihan olahraga,dan coaching (Olympic solidarity of the internasional olypic committee)*
- M. Sajoto1989 *Peningkatan dan Pembinaan Fisik Dalam Olahraga* (Semarang: Dahara Prize)
- Gerry A. Carr, 2003 *Atletik untuk sekolah*, PT Raja Grafindo Persada.
- U.Jonatan/E.Haag/R.Krempel 1988 *Atletik lempar dan lomba ganda* (PT.Rosda Jaya putra)
- Anas Sudijono. 2003 *Pengantar Statistik Pendidikan*.Jakarta: PT. Radja Grafindo Persada.
- Suharsimi Arikunto, 2006 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono, 2016 *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatifdan R&D*. Alfa Beta Bandung.
- Widiastuti, *Tes dan Pengukuran Olahraga*.2011.Jakarta:PT. Bumi Timur Jaya
- Sobotta, *Atlas Anatomi Manusia 2000 Jilid 2, Edisi 21* (Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC,