

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Wahid, Shotokan – Sebuah Tinjauan Alternatif Terhadap Aliran Karate-do Terbesar di Dunia, Jakarta: PT.RadjaGrafindo Persada, 2007
- Dody Rudianto, Seni Beladiri Karate, Jakarta: Golden Trayon Press, 2010
- Drs. Johansyah Lubis, M.Pd. Pencak Silat Panduan Praktis. Jakarta: PT.RajaGrafindo Persada. 2004
- Drs. Sucipto, M.Kes. Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Pencak Silat Konsep & Metode. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, 2001
- Ilham Hakim Subroto, Dasar-Dasar Karate, Solo: CV. ANEKA.
- Perry Paul.Bebas Cidera Karate.Jakarta: Ghalia Indonesia, 1994
- Prof. Suhardjono, Penelitian Tindakan Kelas, Jakarta: PT.BUMI AKSARA.2008
- R. Ketot Slamet Hariadi, Teknik Dasar Pencak Silat Tanding, Jakarta: PT.DIAN RAKYAT. 2003
- Tjun Surjaman, Tinju Latihan Teknik dan Taktik, Jakarta: PT.Rosda Jayapura Offset.
- Victor G. Simanjuntak,Teknik Dasar Karate, Jakarta: PENERBIT CERDAS JAYA, 2004
- Widiastuti, Tes Dan Pengukuran Olahraga, Jakarta: PT.BUMI TIMUR JAYA, 2011
- <http://wawan-junaidi.blogspot.com/2012/01/pengertian-media.html>. Di akses pada tanggal.16 Jan 2013 pkl.20.05 WIB
- <http://catatan-kehidupan-dayan.blogspot.com/2012/03/keterampilan-gerak-dan-unsur-unsur.html>. Di akses pada tanggal.16 Jan 2013 pkl.10.00
- <http://chandrax.wordpress.com/2008/07/05/action-research-penelitian-tindakan/>. Di akses pada tanggal. 06 Feb 2013. Pukul.21.00 Wib.