

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2018). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Australia: Human Kinetics.
- Budiwanto, S. (2017). *Metode Statistika Untuk Mengelolah Data Keolahragaan*. Malang: UM Press.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta : FIK UNY
- Drid , P. (2017). *Science and Medicine in Combat Sports (Sports and Athletics Preparation, Performance, and Psychology)*. New York: Nova Science Pub Inc.
- Fandayani, Witri & Sagitarius, Sagitarius. (2019). *Analisis Teknik Tendangan Dominan terhadap Perolehan Poin pada Pertandingan Kumite Cabang Olahraga Karate*. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*. 11. 21-29. 10.17509/jko-upi.v11i1.16782.
- Fikriansyah, S. N., Setiawan, I., & Julianti, E. (2020). Model Latihan Beban Berbasis Dumbbell untuk Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif*, 100.
- Freeman , W. H. (2001). *Peak When It Counts : Periodization for American Track and Field (4th ed)*. American: TAFNEWS PRESS.
- Harre. (2012). *Principle of Sport Training*. Berlin: Sportverlag.
- Indriantoro, Nur and Bambang Supomo. (2014). *Metodologi Penelitian Bisnis Untuk Akuntansi & Manajemen*. Edisi 1. Cetakan ke-12. Yogyakarta: BPFE.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Prastowo, Andi. (2014) *Panduan Kreatif Membuat Bahan Ajar Inovatif*. Yogyakarta: Diva Press.
- Riduwan, & Sunarto. (2011). *Pengantar Statistika: Untuk Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, Komunikasi dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Romadhon. (2017). *Pengaruh Latihan Menggunakan Resistance Band Terhadap Power Tungkai Atlet Ukm Taekwondo UNY*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Singh, A.B. (2012). *Sport Training*. Delhi: Chawla Offset Printers.
- Suhendro, Andi. (1999). *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Cetakan Ketiga. Jakarta: Universitas Terbuka. Departemen P&K.

Sukadiyanto, & Muluk, D. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Jakarta: Lubuk Agung.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Vences Brito, A. M., Ferreira, M. A., Cortes, N., Fernandes, O., & Pezarat-Correia, P. (2011). *Journal of Electromyography and Kinesiology. Kinematic and electromyographic analyses of a karate punch*, 2.

