

DAFTAR PUSTAKA

- Arnold, Schwarzenegger. (1993). *Arnold's fitness for Kids*, Inggris: Fitness Publications, Inc.
- Dachlan, Muflilha. (2016). Perbedaan Antara Latihan *Alternate Leg Bound* dan *Double Leg Bound* Terhadap Tinggi Lompatan Pada Pemain Basket Unit Kegiatan Mahasiswa Basket Universitas Hasanudin. Fk UNHAS. http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/18814/Skripsi_St.%20Muflilha%20Dachlan_C13112252.PDF?sequence=1
- Danurwindo. dan Ghanesa. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*, Jakarta: PSSI.
- FIFA. (2016). *Laws Of The Game*, Catatan Mengenai Permainan
- Gusdiyanto, Hafidz. (2016). Pengaruh Latihan *Single Multiple Jump* dan *Knee Tuck Jump* Terhadap Keterampilan *Long Pass* Pada Siswa Sekolah Sepakbola Nusantara 15-17 Tahun Kota Malang. Fik UNM. file:///C:/Users/User/Downloads/7521-8988-1-SM%20(2).pdf
- Gustika, Agus, (2017). *Panduan Kepelatihan Sepak Bola Anak*, Jakarta: Esensi.
- Mashnum Dadang. (2006). *Kinesiologi*, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta: 2006
- Michelle, Lovitt dan John Spera. (2004). *Exercise for Your Muscle Type: The Smart Way to Get Fit*, New Jersey: Basic Health Publications, Inc.
- Mukholid, Agus. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*, Surakarta
- Radcliffe, James, dan Farentinos, Robert. (2002) *Explosive Power Training*, Inggris: Human Kinetics
- Radcliffe, James, dan Farentinos. (2015). *High Power Plyometrics* Inggris: Human Kinetics.
- Saleh, Adam. (1979). *Tuntunan Sepakbola Untuk Anak Remaja*, Jakarta: Anadoma C.V.
- Salim, Agus. (2008). *Buku Pintar Sepakbola* Bandung; Jembar.
- South Tangerang City Soccer School. <http://www.stcsoccer.com/>
- Spaeder, Karen. (2019). *Weight-Training Exercise For 15-Years-Olds*. <https://www.livestrong.com/article/104763-weighttraining-exercises-15yearolds/>
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*, Jakarta: Depdikbud.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar teori dan melatih fisik*, Yogyakarta:FIK UNY.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*, Bandung: Lubuk Agung.

Tarigan, Beltasar. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Sepak Bola*, Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.

Wiguna, Ida, Bagus. (2017). *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik*, Depok: Rajawali Pers.

