

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis. Edisi Revisi V*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, O. Tudor. 1999. *Periodization Training for Sport*. Auckland New Zealand: Human Kinetics.
- \_\_\_\_\_. 1983. *Theory and Methodology of Training*. Dubuque, IOWA: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Chu, Donald A. 1992. *Jumping into Plyometrics*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publisher.
- Dinata, Dwi Aristia. 2007. *Pengaruh Latihan Single Multiple Jump dan Double Multiple Jump Terhadap Hasil Tendangan Jauh Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 8 Semarang Tahun 2006/2007*. Skripsi. Jurusan PJKR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Godfrey, Richard. 2006. *Detraining—Why a change really is better than a rest?* p.1. (<http://www.pponline.co.uk/encyc/detraining.html>).
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Kartono. 1996. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Pioner Jaya.
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga: Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo.
- Lubis, Johansyah. 2009. *Mengenal Latihan Pliometrik*. Jakarta: FIK Universitas Negeri Jakarta.
- Nawawi, H (2003), *Metode Penelitian Bidang Sosial*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Purwanto, Joko. 2004. *Modul Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kelas X XI SMU*. Solo: HaKa MJ.
- Roesdiyanto dan Setyo Budiwanto. 2008. *Dasar-dasar Kepelatihan Olahraga*. Cetakan I. Malang: Laboratorium Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Sarumpaet, A. 1992. *Permainan Besar*. Semarang: Depdikbud.

- Setiawan, Aris. 2004. *Perbandingan Hasil Tendangan Bola antara Tungkai Panjang dan Tungkai Pendek pada Pemain Sepak Bola Senior Klub Perseba Bangsri Jepara Tahun 2004*. Skripsi. Semarang: UNNES Semarang.
- Sneyers, Josef. 1993. *Sepakbola dan Strategi Bermain*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sudjana, N (2003), *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah*, Bandung: Jurusan Statistik FMIPA.
- Suharsini Arikunto. (2010). *Statistik Terapan*. Malang : Usaha Nasional.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono (2010) *Statistik*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Soekatamsi (1984). *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Solo: Tiga Serangkai.
- Tim Penyusun (2010). *Pedoman Akademik dan Kemahasiswaan*. Pontianak : STKIP PGRI Pontianak.
- Tohirin (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rajawali Press.
- Tohar. 2002. Buku Ajar: *Ilmu Kepeleatihan Lanjut*. UNNES (tidak diterbitkan).
- Walgito, Bimo (2004), *Bimbingan dan Konseling (Studi & karir)*, Yogyakarta : Andi.
- Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, A. Juntika (2009). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zuldafrial (2010). *Penelitian Kuantitatif*. Pontianak: STAIN Press.

[http://www.dydo.wordpress.com/2008/03/teknik\\_dan\\_prinsip\\_latihan/html](http://www.dydo.wordpress.com/2008/03/teknik_dan_prinsip_latihan/html)