

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, B. P., Sugiharto, & Soenyoto, T. (2017). Pengaruh Latihan dan kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 7–13.
- Bompa, Tudor O dan G. Gregory Haff. 2009. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. USA: Human Kinetics.
- Dr.Dikdik Zafar Sidik.2 010.Mengajar Dan Melatih Atletik. Bandung :PT Remaja Rosdakarya.
- Fenanlampir, Albertus & M. Muhyi. (2015). Tes & Pengukuran Dalam Olahraga. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET.
- Giriwijoyo, Santoso dkk. 2005. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.
- Irianto, DjokoPekik. 2002. *Dasar Kepeleatihan*. Yogyakarta: Perpustakaan FIK Universitas Yogyakarta.
- Kanca, I. N. (2004). *Disertasi Pengaruh Pelatihan Fisik Aerobik dan Anaerobik Terhadap Absorpsi Karbohidrat dan Protein di Usus Halus Rattus Norvegicus Strain Wistar*. 334. (diakses pada tanggal 8 Mei 2020).
- , 2010. *Metode Penelitian Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Levinus Pasurney, Paulus. 2001. *Latihan Fisik Olahraga*.
- Nala, Ngurah, 2002. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Komite Olahraga Nasional Indonesia Daerah Bali.
- Lumintuarso, Ria. 2007. *Teori Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Lankor.
- Satriya dkk. 2009. *Modul Metodologi Kepeleatihan Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sukadiyanto dan Dangsina Muluk. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung
- Suratmin. 2018. *Kepeleatihan Atletik Jalan Dan Lari*. Depok : Rajawali Pers.

Suratmin. 2019. Profesi Pelatih Olahraga. Depok : Rajawali Pers.

Wiarso, Giri. 2013. Fisiologi Olahraga. Yogyakarta : Graha Ilmu.

