

DAFTAR PUSTAKA

- Astrand, P.D.Rodahl, K. 1986. *Textbook of Work Physiological Basic of Exercise*. New York: Mc.Graw Hill Brooks Company.
- Baechle, T.R. and Earle, R.W. 2000. *Essentials of strength training and conditioning*, 2nd edition, Champaign, IL; national Strength and Conditioning Association.
- Bompa, T. O. 1999. *Periodization: Theory and Methodology of Training, 4th Edition*. Kendall/Hunt: Publishing Company.
- Boosey, D. 1980. *The Jump Conditioning and Technical Training*. Beatrice Avenal: Beatrice Publising Ltd.
- Chu, Donald. A.1992. *Jumping into Plyometrics*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Pub.
- Hidayat, Rahmat dkk. 2012. *Perbedaan Pengaruh Latihan Medicine Ball Scoop Toss Dengan Latihan Medicine Ball Throw Terhadap Power Otot Lengan Bahu Pada Tim Bola Voli Putri SMAN Olahraga Provinsi Riau*. Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.
- Ismaryati. 2011. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Juliantine, T., Yudiana, W., Subarjah, H, 2007. *Teori Latihan*. Bandung. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. UPI.
- Manuaba, I. B. A. 1983. *Aspek Ergonomi dalam Perencanaan Komplek Olahraga dan Rekreasi*. Naskah lengkap Panel Diskusi Rencana Induk Gelora Jakarta: 21 September 1983
- Miller, M. G., Berry, D.C., Bullard, S. and Gilders, R, 2002. *Comparisons of land-based and aquatic based plyometric programs during 8- week training period*. *Journal of sports Rehabilitation* 11.269-283.
- Nossek, J. 1982. *General Teori Of Training*, (Terjemahan M. Furqon H). Surakarta: Sebelas Maret University Perss.
- Pfeiffer.R. 1999. *Plyometrics in sports injury rehabilitation*. *Athletic Therapy Today* 4(3), 5. Potteiger.

- Powers, S. K., Howley, E. T. 2004. *Exercise Pysiology, Theory and Application to fitness and Performance. 5th Edition*. New York: Mc. Graw Hill Companies.Inc.
- Radcliffe, J. C & Farentinos, R.C. 2002. *Plyometrics Explosive Power Training*. 3rd ed. Champaign, Illionis: Human kinetics Published, Inc.
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengadaan Buku pada Lembaga Pengembangan Tenaga Pendidikan. Jakarta.
- Sajoto. 1995. *Pengembangan dan Pembinaan Kekuatan kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Dahara Prize.
- Sajoto. 2002. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan kondisi fisik*. Semarang: Effhar dan Dahara Prize.
- Sajoto. 2003. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olah Raga* . Semarang : Dahara prize.
- Sharkey, B. J. 2003. *Kebugaran & Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Soekarman. 1986. *Energi dan Sistem energi Predominan Pada Olahraga*. Pusat Ilmu Olahraga: Jakarta. Koni Pusat.
- Sudjarwo. 1993. *Ilmu Kepeatihan Dasar*. Surakarta : Universitas Sebelas Maret Press.
- Suharno, HP. 1993. *Ilmu Kepeatihan Olahraga*. Bandung. PT. Karya Ilmu.
- Susnadi. 2012. *Teknik Dasar Permainan Bola Basket*.
<http://materipenjasorkes.blogspot.com/2012/04/teknik-dasar-permainan-bola-basket.html>, di akses tanggal 24 Mei 2013.
- Syamzani, Irwan. *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Renang 50 M Gaya Dada*.
<http://irwansyamzani.blogspot.com/2010/05/hubungan-daya-ledak-otot-tungkai.html>, di akses tanggal 28 Mei 2013.
- Taft, Lee. 2006. *Plyometric Progressions Mini-Book*. Sports Speed, Etc., Inc-.
- Wilmore, Jack.H & Costill, David.L, 1994. *Physiology Of Sport And Exercise*.2nd ed. Champaign, Illionis: Human kinetics Published, Inc.