

DAFTAR PUSTAKA

- Bahrudin. 2008. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP Kelas VIII*. Jakarta: PT Galaxy Puspa Mega.
- Harsono. 2004. *Perencanaan Program Latihan*. Bandung: UPI.
- Ismayarti. 2008. Peningkatan Kelincahan Atlet Melalui Penggunaan Metode Kombinasi Latihan Sirkuit *Pylometric* dan Berat Badan. *Jurnal Paedagogia*. Jilid 11.
- Imanudin, I. 2008. *Teori Ilmu Keppelatihan*. Bandung: UPI.
- Kardjono.2008. *Modul Mata Kuliah Pembinaan Kondisi Fisik*. Bandung Universitas Pendidikan Dan Olahraga Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga.
- Lhaksana J. 2011. *Be Champion*. Depok : Penebar Swadaya Group
- Luxbacker, J.A 2008. *Sepakbola Taktik dan Tekknik Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindoo Persada.
- Mappaompo., Adam M. 2011. Kontribusi Koordinasi Mata - kaki dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Club Bilopa Kabupaten Sinjai. *Jurnal ILARA*.
- Moeloek., dan Tjokronegoro. 2009. *Dasar Fisiologi Kesegaran Jasmani Dan Latihan Fisik*. Jakarta UI: Press.
- Muhajir, M. 2007. *Pendidikan Jasmani & Kesehatan*. Jakarta: Galian Indonesia Printing.
- Nala, I. G. N. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar; Udayana University Press. 26 - 29.
- Nawi, M. 2015. *Journal Relationship Between Illionois Agility Test And Reaction Time In Male Athlates Turaif Northern Border University*: Saudi Arabia.
- Nurhasan. 2006. *Penilaian Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Dinas Kebudayaan.
- Ponco Tirto. 2005. *Hubungan Antara Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Sepak Bola Pada Siswa Lembaga Pendidikan Sepakbola AtlasBinatama Semarang*. (Online). Tersedia : <http://docs.docstoc.com/pdf/3086156/8a4d422d-d63b-4973-59fe-b49e8c833fe.pdf>, diunduh pada 16 juni 2016

- Saputra. 2002. "Tujuan Lari Zig zag" Artikel <http://www.google.com>. (diunduh pada tanggal 5 Agustus 2016).
- Smith,S. 2014. Fil Refree Fitness Test Protocol : *E-Jurnal Federation of International Lacrosse*
- Sucipto, D. 2000. *Metode Latihan Teknik Olahraga Beregu Besar (Sepakbola)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. 2005. *Penghantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: PKO-FIK-UNY. P. 40-68.
- Udiyana, I.N.S.D., Kanca, I.N., Dan Sudarmada, I.N. 2014. Pengaruh Pelatihan Modifikasi Zig Zag Run Terhadap Peningkatan Kecepatan Dan Kelincahan Pada Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA PGRI 1Amlapura Tahun Ajaran 2013/2014. Singaraja: *Jurnal Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Ganesha* Volume 1.
- Wedana, I.M.A., Suidiana, I., Dan Wahyuni, N.P.D.S. 2004. Pengaruh Pelatihan Zig Zag Run Dan Lari 60 M Terhadap Volume Oksigen Maksimal (VO₂ maks). Singaraja: *E-jurnal IKOM Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan*. Vol 1.