

Daftar Pustaka

- Akuthota, V., Ferreiro, A., Moore, T., and Fredericson, M. 2008. *Core Stability Exercise Principles*. Current Sports Medicine Reports, 7(1), 39-44.
- Chhaya, V., Lakshmi, A., & Vijaya, K. 2014. *Effect of Plyometric Training On Vertical Jump Height in Highschool Basketball Players*: Mumbai.
- Chu, D., Faigenbaum, A., & Falkel, J. 2006. *Progressive Training For Kids*. Monterey:Helthtraining.<http://wengayo.blogspot.com/2010/06/analisisbio mekanikapadagerakan.html>. Diakses 7 februari 2016.
- Dayan, A.T. 2011. *Hubungan Antara Berat Badan dan Tinggi Badan dengan Hasil Lompat Jauh Siswa Putra SMA Islam Almaarif Singosari Malang*. Malang : Program Studi Ilmu Olahraga Universitas Malang.
- Depdiknas, 1999. *Tes Kesegaran Jasmani Indonesia untuk anak umur 13-15 tahun*. Jakarta : Depdiknas.
- Fagan, 2006. *Psikologi Remaja*. Pt Gramedia. Jakarta.
- Hairy,J. 2006. *Dasar-Dasar Kesehatan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Irfan M. 2010. *Fisioterapi Bagi Insan Stroke*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Irianto JP. 2004. *Panduan Latihan Kebugaran Fisik yang Aman*. Yogyakarta : Lukman Offset.
- Kahle, N. 2009. *The Effect of Core Stability Training on Balance Testing in Young Healthy Adults*. USA: American Physical Therapy Association.
- Kolt, S.G., & Mackler, L.S. 2007. *Physical Therapies in Sport and Exercise*. China: Elsevier Health Sciences.
- Maulana, D. 2011. *Efek Penambagan Core Stability Exercise Pada Latihan Shuttle Run Terhadap Peningkatan Agility Pada Pemain Futsal*. Jakarta: Program Studi D IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.
- Monks, F.J. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurhasan. 2006. *Tes Dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-prinsip dan penerapannya*. Jakarta : Saka Mitra Kompetensi.
- Papalia, D.E, Olds, S.W., & Feldman, D. 2001. *Human Development*. Boston: McGraw-Hill.PT. Brafindo Persada

- Radiclife, J.C & Farentinous, R.C. 20002. *Power Training for Sport, Plyometrics for Maximum Power Development*. Canada: Coaching Association of Canada.
- Saunders, Karren, Chabut and Lareine, 2008. *Core Strength For Dummies*. Canada
- Sharkley. Brian J. 2011. *Physiologi of fitness human, Cetakan ke2*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Suharjana. 2004. *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sumarsinah. 2007. *Kebugaran Jasmani untuk Lanjut Usia*. Majalah Ilmiah (Nomor 1, Tahun 8). Hlm 29.
- Sumintarsih. 2007. *Kebugaran Jasmani Lanjut Usia*. Jakarta: PT. Bumi aksara
- Wahjoedi. 2001. *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Wilke, J., Krause, F., Vogt, L., & Banzer W.,. 2005. What is evidence-based aboutmyofacial chains? A systematic review, *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, Germany: Goethe University Frankfurt/Main, Department of Sport Medicine.