

Daftar Pustaka

- Agus. 2001. *Metode Pembelajaran Senam*. Jakarta.
- Afiana, Andria. 2013. *Kontribusi Panjang Tungkai, Kelentukan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Tendangan Sabit Pencak Silat Pada Mahasiswa Ukm Universitas Lampung*. (Skripsi). Lampung : FKIP Penjaskes-Unila
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Edisi VI*. Rineka Cipta. Yogyakarta.
- Susanto, Catur . 2013. *Kontribusi Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai Dan Lingkar Paha Dengan Hasil Tendangan Penalty Sepakbola Pada Sekolah Sepakbola Bintang Utara Pratama Bandar Lampung*. (Skripsi). Lampung: FKIP Penjaskes-Unila.
- Damiri, Achmad. 1992. *Anatomi Manusia*. FPOK IKIP Bandung.
- Evelyn C. P. 1993. *Anatomi & Fisiologi Untuk Paramedis*. Alih Bahasa Sri Yuliani Handoyo. Jakarta. PT. Gramedia.
- Gery, M. I . 2013. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Otot Lengan Terhadap Teknik Dasar Tiger Sprong Pada Siswa Kelas IX B SMP N 1 Seputih Agung* . (Skripsi). Lampung: FKIP Penjaskes-Unila.
- Hadi, Sutrisno. 1993. *Metodologi Research*. UGM Yogyakarta.
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Daalm Coaching*. CV Tambak Kusuma.
- Hermawan, Rahmat. 2002. *Ilmu Faal*. Universitas Lampung. Bandar Lampung.
- Imam Hidayat. 1996. *Senam*. Diklat. Bandung: FPOK IKIP.

- Margono, Agus. 2009. *Senam*. Surakarta: UNS Press.
- Muhajir. 2003. *Teori dan Praktik Pendidikan Jasmani Untuk SMP Kelas VIII*. Yudhistira. Jakarta.
- Muhajir. 2004. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*. Erlangga. Jakarta.
- Pear, bill and more, Gary T. 1986. *Weight Training For Men And Women, Getting Stronger*. Shelter Publications. Inc, Bolinas California.
- Riduwan. 2005. *Prosedur Penelitian*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Rushall, Brent S. And Pyke, Frank S. 1990. *Training For Sport And Fitnes*. TheMacmillan Company Of Australia. Pty Ltd.
- Sajoto, M. 1995. *Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga*. Jakarta: Depdikbud Dirjen
- Soekarno, W. 1986. *Teori dan Praktek Senam Dasar*. Yogyakarta : Intan Pariwara.
- Soeparman. 1989. *Oesteologi, Arthrologi dan Myologi*. Surakarta : Sebelas Maret University Press.
- Soedarminto. 1993. *Kinesiologi*. Jakarta : Depdikbud.
- Sudjana. 2002. *Metoda Statistik*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2010. *Belajar Statistik*. Tambak Kusuma : Jakarta.
- Suharno, HP. 1991. *Olahraga Atletik*. Semarang. Diponegoro.
- Sulistianta, Heru. 2013. *Dasar-Dasar Kepeleatihan*. Universitas Lampung. Bandar Lampung.
- Universitas Lampung. 2013. *Format Penulisan Karya Ilmiah*. Bandar Lampung.
- Verduci, F. N. *Measurement Concept Of Physical Education*. www.nasca-lift.org.
volume 7 issue2. Diakses 10 Januari 2014, 20.32 WIB.
- Yusuf, Ucup. 2001. *Anatomi Manusia*. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.