

DAFTAR PUSTAKA

- Akhbar, M. T. (2018). Sumbangan Kelincahan Dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola (Studi Deskriptif Pada Atlet PS Universitas PGRI Palembang). *Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang*.
- Alfan, A. R., & Waluyo, M. (2014). Pengaruh latihan menggunakan media dinding terhadap peningkatan hasil tendangan dwi hurigi pada beladiri taekwondo. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 3(2).
- Apta Mylsidayu, et al, (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Arisman Ariansyah, et al, (2017). Hubungan Keseimbangan dan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan *Dolly Chagi* pada Atlet Ukm (Unit Kegiatan Mahasiswa) Taekwondo Universitas Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* 1 (2).
- Hendri Irawadi. (2014). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: UNP Press.
- Hubley, C. Testing flexibility. In *Physiological Testing of the Elite Athlete* (edited by J.D. MacDougall, H.A. Wenger and H.J. Green), pp. 117-25. Ottawa: Canadian Association of Sports Sciences.
- Iskandar, T., & Pradana, D. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Atlet Taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat di SMA Negeri 1 Setu. *Motion: Journal Research of Physical Education*, 8(2), 182-190.
- Kahle, Nicole & Tevald, Michel A. (2014). Core Muscle Strengthenings improvment of balance performance in Community-Dwelling Older Adults: A Pilot Study. *Journal Of Aging And Physical Activity*, Volume 22, No. 1, pg. 65-73.
- Nadia Karimah, (2018). Jenis Tendangan Dasar Pada Taekwondo. (Online). Diakses Selasa 23 Oktober 2018. <http://nysnmedia.com/jenis-tendangan-dasar-pada-taekwondo>.
- Sporis, G., Vucetic, V., Jovanovic, M., Jukic, I., & Omrcen, D. (2011). *Reliability and Factorial Validity of Flexibility Tests for Team Sports*. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(4), 1168–1176. doi:10.1519/jsc.0b013e3181cc2334.
- Sudjana (2005). *Metode Statistika*. Bandung: Trasiendo.

- Sugiyono, (2013). *Cara Mudah Menyusun: Skripsi, Tesis, dan Desertasi*. Bandung: Afabeta.
- Suharsimi Arikunto, (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tang, A. (2014). Gambaran Tingkat Keseimbangan Atlet Taekwondo Pemusatan Latihan Daerah Sumatera Barat Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar Sulawesi Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 5(1), 122-128.
- Toho Cholik Mutohir, et al, (2011). *Berkarakter dengan Berolahraga Berolahraga dengan Berkarakter Olahraga Membangun Karakter Bangsa*. Surabaya: Sport Media.
- Widiastuti, (2011). *Tes Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Bumi Timur Jaya.
- Williams & Wilkins. (2010). CSM. *ACSM's Health-Related Physical Fitness Assessment Manual*. 3 ed. Philadelphia: Lippincott.
- Zhari, A. Y., & Septiadi, F. (2018). Hubungan Panjang Tungkai, Kelentukan Pinggang, Dan Kelentukan Pergelangan Kaki Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Atlet Taekwondo Klub Btsc Kabupaten Bogo