

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, B. P., Sugiharto, S., & Soenyoto, T. (2017). Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 7–13.
- Jatmiko, T. (2021). Pengaruh Kalistenik Terhadap Penurunan Berat Badan di Stellar Power House. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(9), 130–136.
- Kamadi, L., & Hasyim, H. (2020). Analysis of Arm Muscle Strength, Balance, and Hand-Eye Coordination toward Passing Ability in Volleyball Games for Students of SMP Negeri 1 Duampanua, Pinrang Regency. *International Conference on Science and Advanced Technology (ICSAT)*.
- Kusnadi, N., & Nurdin, E. (2013). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL.
- Kusuma, Y. Y. (2021). BAB 16 PENELITIAN EKSPERIMEN. *TEORI & KONSEP PEDAGOGIK*, 278.
- Magdalena, M., & Adzim, F. (2022). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Atlet Gulat Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP). *SPORTIF: Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 7(2), 62–72.
- Nur Fitria, R. (2006). *Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Punggung Dengan Kecepatan Bantingan Pinggang Pada Atlet Gulat Kota Semarang Tahun 2006*. Universitas Negeri Semarang.
- SAPUTRA, D. I. M., & HHENDRA, J. (2020). Tinjauan keterampilan bantingan pada atlet gulat kabupaten bungo. *Jurnal Muara Olahraga*, 2(2), 270–279.
- Sari, D. R., Tangkudung, J., & Hanif, A. S. (2018). Evaluasi program pemusatan latihan daerah (Pelatda) Bolavoli Pasir Putri DKI Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(1), 8–16.
- Sulistyarito, S. (n.d.). *Evaluasi Kondisi Fisik Atlet Cabang Olahraga Gulat Kabupaten Tuban Pada Porprov Tahun 2019*.
- SUSANTI, E. (2020). *Perbandingan Pengaruh Latihan Plyometric Two Foot Ankle Hop Dengan Barrier Hop Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai (Eksperimen pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Negeri Bantarkalong Tahun Ajaran 2019/2020)*. Universitas Siliwangi.
- Utami, D. (2015). Peran fisiologi dalam meningkatkan prestasi olahraga Indonesia menuju sea games. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(2).
- Adha, Ramadi. (2013). Pengaruh latihan kekuatan otot punggung dan tungkai terhadap bantingan kayang (laporan hasil penelitian). Jambi: FKIP

Universitas Jambi.

- Nuh, Muhammad. (2013). Kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan menggulung pinggang pada olahraga gulat (laporan hasil penelitian). Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu.
- Oktara, Bebbi. (2010). Cabang olahraga populer aktivitas ketangkasan dan bela diri. Jakarta: CV. Bina Muda Cipta Kreasi.
- Sugiyono. (2012). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d. Bandung: PT Alfabeta.
- Hadi Rubianto. 2004. Buku Ajar Gulat. Semarang: Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Juhanis. 2012. Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Kemampuan Bantingan Pinggang Pada Olahraga Gulat Mahasiswa FIK UNM Makassar. Jurnal Ilara (Online), 60-69, <http://www.unm.ac.id>. Diakses 04 oktober 2018.
- Mahardika Sriundy. 2015. Metodologi Penelitian. Surabaya: Unesa University Press. Maksum Ali. 2018. Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Sari Eka Nur Fitriana, Siti Nurrochmah, Usman Wahyudi. 2016. Survei Tingkat Kelentukan Atlet PPLPD Kabupaten Malang Tahun 2016. Jurnal Pendidikan jasmani. Sugiyono. 2010. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto, Muluk, Dangsina. 2011. Pengantar teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung. CV LUBUK AGUNG
- Retno. (2012). Gizi gulat PPA Semarang. <http://retnotbs.files.wordpress.com/2013/10/gizi-gulat-ppa-semarang1.pdf>