

DAFTAR PUSTAKA

- Aagaard, P. (2012). *Effects of physical training on strength and functional capacity in healthy older adults*. In *Aging and Exercise* (pp. 145-160). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Affirdausy, W. A., & Wiriawan, O. (2020). *Kelincahan dan Kecepatan Pengaruh Ladder Drill Jenis Centipede dan Single Leg Suffle Terhadap Kelincahan dan Kecepatan*. Universitas Negeri Surabaya, 1–7.
- Agustina, R. S. (2020). *Buku Jago Sepak Bola*. Ilmu Cemerlang Group.
- Charlim, dkk (2010). *Mengenal Lebih Jauh Tentang Sepak Bola*. Jakarta : PT. Multi Kreasi Satu Delapan.
- Ermral, E. (2017). *Pengantar Teori dan Metodologi Pelatihan Fisik*. Kencana.
- Eler, N., & Acar, K. (2018). *Effects of proprioceptive training on balance in football players*. *International Journal of Physical Education, Fitness and Sports*, 7(1), 14-21.
- Fadli, M. (2019). *Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada Pemain Usia 14-16 Tahun Di Sekolah Sepakbola (Ssb) Persis Makassar*. Fkip Unm, 14.
- Fahkruzzaman, D. (2015). *Hubungan Antara Panjang Tungkai dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menendang Pada Pemain SSB Aneuk Rencong Banda Aceh Tahun 2010*.51(3), 295-298.
- Fauzi, R. A., Primasoni, N., & Or, M. (2019). *Pengaruh Latihan Set Tetap Repetisi Meningkatkan dan Set Meningkatkan Repetisi tetap Terhadap Peningkatan Ketetapan Kecepatan Long Pass Pemain Sepak Bola Akademi FC UNY*. *Pend. Kepelatihan Olahraga-S1*, 8(8).
- Harsono, H. (2015). *Kepelatihan Olahraga, Teori dan Metodologi*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Jud, J., Sariul, S., & Marsuna, M. (2022). *Efektivitas Latihan Zig-Zag Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Permainan Sepak Bola*. *Jurnal Eduscience*, 9(1), 54–64. <https://doi.org/10.36987/jes.v9i1.2540>
- Lutan, R. (1986), *Pengelolaan Interaksi Belajar Mengajar Intrakurikuler, Kokurikuler dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Universitas Terbuka.

- Millah, H. (2015). *Pengembangan Model-Model Latihan Pertahanan Dalam Permainan Sepakbola*.
- Misbahuddin, M. H., & Winarno, M. E. (2022). *Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16*. *Sport Science and Health*, 2 (4), 215–223. <https://doi.org/10.17977/um062v2i42020p215-223>
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Teori Dan Praktek Untuk SMP Kelas VII*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu kepelatihan dasar*. Bandung: Alfabeta, 116118.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Nasional, D. P. (2008). *Pusat Bahasa. Kamus Besar Bahasa Indonesia*.
- Nasution, I. E., & Suharjana, S. (2015). *Pengembangan Model Latihan Sepak Bola Berbasis Kelincahan Dengan Pendekatan Bermain*. *Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 178–193. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i2.6241>
- Rahardian, M., Hariyanto, E., & Hariyoko. (2019). *Pengaruh Model Latihan Ladder Drill Lateral Dan Zig-Zag Hops Terhadap Peningkatan Kelincahan*. *Indonesia Journal of Sports and Physical Education*, 1(1), 27–33.
- Ramdhan, M. (2021). *Metode penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Romadhani, F. (2018). *Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Atlet Sepakbola PS UIR Pekanbaru* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Sado, N., Okuno, N., Hada, Y., & Hashimoto, Y. (2018). *Effect of plyometric training on the frontal plane angle of the hip joint during single-leg landing in female college students*. *Journal of Physical Therapy Science*, 30(1), 4-6.
- Saputra, Y. M (1998) *Pengembangan Kegiatan KO dan Ekstrakurikuler*. Jakarta : Depdiknas
- Scheunemann, T. (2012). *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepakbola Indonesia Untuk Usia Dini (U5-U12), Usia Muda (U13-U20) & Senior*. Jakarta: Rekayas Industry
- Semenick, D. (1990). Uji-T. *Jurnal NSCA*, 12(1), 36-37

- Simon & Saputra. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung : Upi Press.
- Sistiasih, V. S. (2019). Pengaruh Media Scrapbook Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes. *PHEDHERAL*, 16(1), 74–82.
- Sucipto. (2000). *Sepakbola*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sudaryono. (2018). *Metodologi Penelitian*. Raja Grafindo
- Sugarwanto, F., & Okilanda, R. (2020). *Pengetahuan Khusus Olahraga Atletik. Kencana*.
- Sugiarto. (2012). *Mahir Bermain Sepak Bola*. Jakarta : PT Mediantara Semesta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2010). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. CV Lubuk Agung.
- Sonoda, et al. (2018). *Relationship between agility and lower limb muscle strength, targeting university badminton players*. *Journal of Physical Therapy Science*, 30(2), 320–323.
- Sopiatin, P. 2010. *Manajemen Belajar Berbasis Kepuasan Siswa*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Tai, T, et al.. (2020). *Effects of plyometric training on soccer players*. *Biology of Sport*, 37(1), 1.
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Raja Grafindo Persada
- Wahyudi, A. (2022). *Pengaruh Variasi Latihan Pola Permainan Terhadap Sistem Pertahanan Tim Sepak Bola Buana Putra FC*. Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Yunus. (2013). *Dasar-Dasar Permainan Sepakbola*. Malang: Universitas Negeri Malang.