

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Diakses Tanggal*, 17.
- Aguayo Torrez, M. V. (2021). *No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析* Title.
- Akbar, I. (2022). *Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Kemampuan Pukulan Atlet Karate Junior Kabupaten Sarolangun*. Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
- Ali, A., Salabi, M., & Jamaluddin, J. (2022). Pengaruh Latihan Resistance Band terhadap Kecepatan Tendangan Samping Atlet Pencak Silat. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan IKIP Mataram*, 9(2), 75–81.
- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V di MIN Donomulyo Kabupaten Malang. *Al-Mudarris: Journal Of Education*, 1(1), 22–29.
- Barani, M. G. (2021). *Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Peningkatan Kecepatan Pukulan Lurus Atlet Pencak Silat Kategori Tanding*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Camella, W. N., Dinata, W. W., Septri, S., & Nelson, S. (2023). Pengaruh latihan menggunakan Resistance Band terhadap kecepatan Tsuki Atlet Karate INKAI Lembah Gumanti. *Journal Power Of Sports*, 6(1), 45–54.
- GYAKU, T. C. S. O. F. K., & TO, T. P. (n.d.). Pengaruh Metode Latihan Beban dan Kecepatan Reaksi Tangan Terhadap Lecepatan Pukulan *Kizame-Gyaku Tsuki* Pada Karateka Inkanas UNM.
- Ihsan, N., & Suwirman, S. (2018). Sumbangan Konsentrasi terhadap Kecepatan Tendangan Pencak Silat. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(1), 1–6.
- Novita, A. (2021). Pengaruh Latihan Lateral Push Off dan Plyometric Depeth Jump Terhadap Power Tendangan Mawashi Geri Aylet Shorinji Kempo Dojo Semagor Kabupaten Muara Bungo Jambi
- Prasetyo, R. B., Simamora, S. S. M., Gustiawati, R., & Resita, C. (2023). Sosialisasi Pembelajaran Teknik Dasar Karate di SDN Wadas 3 Telukjambe Timur. *Jurnal Pengabdian Olahraga Singaperbangsa*, 3(02), 12–15.
- Purba, P. H. (2015). Pembelajaran Kihon Dalam Olahraga Beladiri Karate. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(2), 57–64.

- Safitri, D. A., Khusniya, I., & Dai, M. (2021). Pengetahuan dan penanganan cedera berat pada atlet karate. *Seminar Nasional Sosisal, Ekonomi, Pendidikan, Penelitian, Pengabdian, Dan Kesehatan, 1(2)*, 97–105.
- Salahudin, S., & Rusdin, R. (2020). olahraga meneurut pandangan agama islam. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3).
- Wijaya, R. S. (2015). *Analisis Biomekanik Tendangan Karate Yoko Geri Kekomi (Studi pada atlet dojo karate Mahameru Jombang)*.
- Sugiono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D. Bandung. Alfabeta.
- Narlan, A. (2017). Statistika Dalam Penjas. Tasikmalaya
- Kusnadi, N. d. (2014). Ilmu Kepeleatihan Dasar, Program Studi Pendidikan Jasmani. Tasikmalaya: Universitas Siliwangi.
- Langga, Z. A. (2017). Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktek Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble anggota Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 18 Malang. *Indonesia Performance Journal*
- Harsono (2015). Kepeleatihan Olahraga. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Harsono. (2018). Latihan Kondisi Fisik. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Bafirman, B. (2013). Kontribusi Fisiologi Olahraga Mengatasi Resiko Menuju Prestasi Optimal. *Media Ilmu Keolahragaan: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1). <https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2659>, 41-45.