

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Surya, H., Kristiyanto, A., & Purnama, S. K. (2019). Peningkaasastan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahragasasasasasa (SENALOG)*, 2(1), 21–24.
- Amrizal, Damrah, & Umar. (2019). Pengaruh Latihan Pliometrik Melompat terhadap Kemampuan Power Otot Tungkai. *Jurnal Pendidikan Rokania*, IV(2), 198–208.
- Arrahman, Dlis, F., & Karnawijaya, Y. S. (2019). Model Latihan Teknik Dasar Futsal (As) Berbasis Permainan Untuk Anak Usia Smp. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 152–158.
- Chu, D. A., & Myer, G. D. (2013). *Plyometrics*. Human Kinetics.
- Chu, D. A. P., & Myer, G. D. P. (2013). *PLYOMETRICS*.
- Dewi, N. K. R., Sudiana, I. K., & Arsani, N. L. K. A. (2018). Pengaruh Pelatihan Single Leg Speed Hop Dan Double Leg Speed Hop Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 6(3), 1–10. <https://doi.org/10.23887/jiku.v6i3.3693>
- Frayogha, J., & Afrizal. (2019). Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Akurasi Shooting Pemain Futsal. *Jurnal Patriot*, 1(1), 2019. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/patriot.v1i3.397>
- Halim, S. (2012). *1 Hari Pintar Main Futsal*. MediaPressindo.
- Harsono, H. (2015). *Kepelatihan Olahraga, Teori dan Metodologi*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.
- Harsono, P. D. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*.
- Hasanah, M. (2013). Pengaruh Latihan Pliometrik Depth Jump Dan Jump To Box Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bolavoli Klub Tugumuda Kota Semarang. In *Skripsi, Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang*. <https://lib.unnes.ac.id/18875/>
- Hidayat, R. A. (2020). *PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN PLYOMETRIK JUMP TO BOX DAN SQUAT JUMP TERHADAP POWER OTOT TUNGKAI PERMAINAN FUTSAL*. Universitas siliwangi.

- Juniarsyah, A. D., Sidik, D. Z., Sunadi, D., & Karim, D. A. (2019). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Kota Bandung. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 4(2), 72–77. <https://doi.org/10.5614/jskk.2019.4.2.5>
- Kusnadi, N., & Hartadji, H. (2015). Ilmu Kepeleatihan Lanjutan. *Tasikmalaya: Universitas Siliwangi*.
- Kusumawati, M. (2015). Penelitian pendidikan penjasorkes. *Bandung: Alfabeta*.
- LATIF FIRMANA, I. (2020). *PERBANDINGAN PENGARUH ANTARA LATIHAN COUNTERMOVEMENT JUMP DENGAN SPLIT JUMP TERHADAP PENINGKATAN POWER OTOT TUNGKAI (Eksperimen pada Atlet Futsal Putra Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2019/2020)*. UNIVERSITAS SILIWANGI.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & Strategi futsal modern*. Be Champion.
- Mulyana, D. (2019). Perbandingan Pengaruh Latihan Knee Tuck Jump Dengan Barrier Hops Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 3(1), 22–28. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i1.754>
- Putra, R. A., Agus, A., Gemaini, A., & Tohidin, D. (2022). Pengaruh Latihan Single Leg Speed Hop Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Futsal Vamos Academy Padang. *Jurnal Stamina*, 5, 97–105. <http://stamina.ppj.unp.ac.id/index.php/JST/article/view/1049/416>
- Putri, R. A., & Nurhayati, F. (2022). Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 10 Nomor 01 Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10, 7–11.
- Ramadiansyah, Y. A. (2021). Analisis Kondisi Fisik Atlet Futsal Lumajang Pada Persiapan Porprov 2022. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(12), 89–95. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/43594>
- Sado, N., Yoshioka, S., & Fukashiro, S. (2018). Hip abductors and lumbar lateral flexors act as energy generators in running single-leg jumps. *International Journal of Sports Medicine*, 39(13), 1001–1008.
- Shollikin, A. (2007). *Pengaruh Latihan Double Leg Speed Hop dan Latihan Squat*

- terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai pada Atlet Taekwondo Yuniior Putra Dragon Solo 2007.* 1–43.
- Sistiasih, V. S. (2019). Pengaruh Media Scrapbook Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes. *PHEDHERAL*, 16(1), 74–82.
- Sugihartono, T., & Arwin, A. (2019). Perbedaan pengaruh latihan pliometrik single leg speed hop dan double leg speed hop terhadap kemampuan Lompat Jauh gaya jongkok Di SMA Negeri 08 Bengkulu Utara. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(1), 87–94.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (27th ed.). Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sutriadi. (2021). *Pengaruh Latihan Hurdle Jump Dan Knee Tuck Jump Terhadap Hasil Tendangan Lambung Pada Tim Sepak Bola Pesra Randomayang Lambung Pada Tim Sepak Bola Pesra*. Universitas Tadulako.
- Wijaya Kusuma, I. D. M. A. (2021). Teknik yang paling dominan pada pertandingan futsal putra profesional. *Jurnal Keolahragaan*, 9(1), 18–25. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i1.31853>
- Yatindra, I. G. A. B. Y., Swadesi, I. K. I., & Wahyuni, N. P. D. S. (2017). Pengaruh latihan single leg speed hop dan double leg speed hop terhadap daya ledak otot tungkai siswa peserta ekstrakurikuler Atletik (Lompat Jauh) Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 5(3), 34–45.