

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Narlan, M. Pd., & Dicky Tri Juniar, M. Pd. (2018). *Statistika Dalam Penjas*.
- Asnaldi, A. (2019). Sosialisasi Program Latihan Motor Ablity Kepada Asisten Pelatih Dojo Lembaga Karate-Do Indonesia Se-Kecamatan Koto Tengah. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 67–74.
- AZHAR, S. F. (2023). Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan *Fleksibilitas* Panggul Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Pencak Silat. Universitas Siliwangi.
- Bafirman, B. (2008). Peranan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Pembentukan Karakter Bangsa. *Sport Science: Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Pendidikan Jasmani*, 10(15), 39-53.
- Budiman, A. F. (2014). Perbedaan Sudut Tolakan Terhadap Nilai *power* Tungkai. *Medikora*, 13(1), 154212.
- Danardono, D. (2015a). Perbedaan Pengaruh Program Latihan Berbeban dan *Pl Yometric* terhadap Peningkatan Kime Atlet Karate dalam Bermain Kata Ditinjau dari Kekuatan Otot Tungkai (Studi Eksperimen pada Atlet Karate di Unit Kegiatan Mahasiswa Karate Inkai Universitas Negeri YOGYAK. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(1), 47–62.
- Danardono, D. (2015b). Perbedaan Pengaruh Program Latihan Berbeban dan *Pl Yometric* terhadap Peningkatan Kime Atlet Karate dalam Bermain Kata Ditinjau dari Kekuatan Otot Tungkai (Studi Eksperimen pada Atlet Karate di Unit Kegiatan Mahasiswa Karate Inkai Universitas Negeri YOGYAK. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(1), 47–62.
- Fauzi Nuryana, R. (2019). Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan *Fleksibilitas* Panggul Terhadap Hasil Ketepatan *Shooting* Permainan Sepak Bola (Studi Deskriptif Pada Anggota SSB Putra Tasik Kota Tasikmalaya). Universitas Siliwangi.

- Gumantan, A. (2020). Pengembangan Aplikasi Pengukuran Tes kebugaran Jasmani Berbasis Android. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2), 196–205.
- Hasyim, A. H. (2020). Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket Mahasiswa Penjaskesrek Stkip Ypup Makassar. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(2), 143–151.
- Ilham, Z. (2021). Peranan Psikologi Olahraga Terhadap Atlet. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 1(2), 274–282.
- Irawadi, H. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang: UNP Press
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh metode latihan dan koordinasi terhadap power tungkai atlet bola voli junior putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12.
- Jasima, T. (2019). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan *Mawashi Geri* Atlet Karate Dojo Inkai Kantor Camat Mandau Kabupaten Bengkalis. Universitas Islam Riau.
- Juniar, A. N. & D. T. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga*.
- MELIANA, E. (2023). Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan *Fleksibilitas* Panggul Terhadap Tendangan *Ap Hurigi Ukm* Taekwondo Siliwangi (Penelitian Deskriptif Kuantitatif Pada Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa Taekwondo Universitas Siliwangi). Universitas Siliwangi.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2020). Hubungan Panjang Tungkai Dan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Tendangan Penalty. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 10–17. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.181>
- Rohimah, E. (2021). Analisis Pengaruh BOPO, CAR, Dan NPL Terhadap ROA Pada Bank BUMN Tahun 2012-2019 (Studi pada Bank BUMN yang Go Public di Bursa Efek Indonesia). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Akuntansi*, 1(2), 133–145.

- Sepriadi, S. (2018). Kontribusi *Power* Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Tendangan *Mawashi Geri* Atlit Kempo. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(2), 31–39.
- Setiadi. (2007). *Anatomi dan Fisiologi Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Simbolon, R. F., & Siahaan, D. (2020a). Pengembangan instrumen tes kecepatan tendangan *mawashi geri* pada cabang olahraga karate. *Jurnal Prestasi*, 4(2), 49–54.
- Sugiyono. (2015a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. ALFABETA, CV.
- Syafruddin. (2013). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Trisnowiyanto, B. (2017). Pengaruh *Mat Pilates Exercise* Terhadap *Fleksibilitas* Tubuh. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 40–52.
- Yulienugroho, R., & Kriswanto, E. S. (2018). Pengaruh Latihan PNF Saat Pendinginan Terhadap Tingkat *Fleksibilitas* Otot Tungkai Pada Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 7(2).
- Yuniar, Y. (2021). Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan *Fleksibilitas* Panggul Terhadap Kecepatan Tendangan Lurus Dalam Olahraga Pencak Silat (Studi Deskriptif pada Atlet Pencak Silat Perisai Diri Kabupaten Tasikmalaya). Universitas Siliwangi.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe penelitian deskripsi dalam ilmu komunikasi. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83–90.