

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, M. R., & Sumartiningsih, S. (2025). Pengaruh Latihan *Zig-zag run* Terhadap Kelincahan Pemain Futsal Club Gbu Futsal Academy Kudus. *Plyometric : Jurnal Sains Dan Pendidikan Keolahragaan*, 5(1), 52–65. <https://e-journal.umc.ac.id/index.php/PLY>
- Agustina, S., & Mulyana, R. B. (2022). Pengaruh Latihan *Hurdle drill* Terhadap Peningkatan Keterampilan Tendangan T Pada Atlet Pencak Silat. *Kepelatihan Olahraga*, 14(February), 49–56. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JKO>
- Amalia, D. R., Yunus, M., & Abdullah, A. (2024). Pengaruh Latihan Skipping dan Shuttle Run terhadap Kelincahan pada Atlet UKM Badminton Universitas Negeri Malang. *Journal Sport Science Indonesia*, 3, 233–242.
- Anjanika, Y., Ali, M., & Rizky Ramadhani, E. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Passmove Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 12(1), 39–48. <https://doi.org/10.22437/csp.v12i1.26234>
- Ardiansyah, Y., & Utomo, G. M. (2025). Analisis Tingkat Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Futsal di Academi Tamandhika Sidoarjo Analysis of *Shooting* Ability Level in Futsal Game at Tamandhika Academy Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Adiraga*, 11(1), 57–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.36456/adiraga> Analisis
- Asmara, M., Prasetyo, Y., & Rismayanthi, C. (2023). Analisis Komponen Kondisi Fisik Terhadap Peningkatan Prestasi Pemain Futsal. *Medikora*, 22(1), 54–61. [//journal.uny.ac.id/index.php/medikora](http://journal.uny.ac.id/index.php/medikora)
- As-syafi Maharani, M. A., & Irsyada, M. (2026). Analisis Kecepatan Dan Kelincahan Pada Atlet Taekwondo Di Klub Dukati Surabaya. *Jpo*, 9, 1801.
- Batalipu, I., Suardika, I. K., Haryani, M., & Mile, R. (2025). Efektivitas Latihan Naik Turun Tangga Dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Tungkai Untuk Performa Sepak Bola. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 7(1), 31–40. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v7i1.29507>
- Bayu, A. T., Nurdiansyah, F., Chan, A. A. S., & Isnanta, R. (2024). Analisis Keterampilan Dribbling dalam Permainan Futsal pada Siswa SMA Al Mubarak Tangerang Selatan. *Sportology Journal (Sport. J)*, 1(2), 41–48.

<https://doi.org/https://doi.org/10.37640/sport.j.v1i2.2202>

Harsono. (2023). *Kepelatihan Olahraga* (A. Kamsyah (ed.); keempat). PT Remaja Rosdakarya.

Hasibuan, D. A., Adi, S., Wahyudi, N. T., & Raharjo, S. (2023). Pengaruh Variasi Latihan *Ladder drill* Terhadap Kelincahan Pemain Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 6 Malang The Effect of *Ladder drill* Training Variations on the *Agility* of Futsal Extracurricular Players at SMA Negeri 6 Malang Pendahuluan Di antara beraga. *Nusantara Sporta*, 1(04), 166–176. <https://jurnal.nusantarasporta.com/index.php/ns/>

Herlambang, M., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Futsal. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 8(4), 1602. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.4047>

Hidayat, T., Sinurat, R., & Putra, A. Y. (2024). *Pengaruh Latihan Agility Hurdle drill Dan Agility Ring Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Tim Academy Futsal*. 4(2), 120. <https://ejurnal.rokania.ac.id/index.php/jsr%0APengaruh>

Ibnu, R. F. (2017). *Analisis Kondisi Fisik Tim Pemain Futsal UPGRIS*. 2–19.

Islamiati, D. O., Yunus, M., & Abdullah, A. (2022). Latihan *ladder drill* dan shuttle run dapat memengaruhi kecepatan atlet bulutangkis Pusat Latihan Kota Malang untuk Porprov tahun 2022. *Jurnal Sport Science*, 12(2), 76. <https://doi.org/10.17977/um057v12i2p76-83>

Kusuma, I. S., & Noordia, A. (2024). Analisis Pengaruh Pemberian Latihan Two Step *Ladder drill* Terhadap *Agility* Dan Speed. *Journal Innovation in Education (INOVED)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i1.881>

Lestari, S. (2024). *Pengaruh zigzag run untuk meningkatkan kelincahan* 1 1. 29.

Marwan, I., Wahidah, I., Rahmat, A. A., & Rohayati, N. (2024). Pengaruh Latihan *Ladder drill* Terhadap Kelincahan dan Kecepatan. *Journal of S.P.O.R.T*, 8, 3. <https://doi.org/10.37058/spor>

Muin, A. (2023). *Buku Ajar Metode Penelitian Kuantitatif* (A. Maulana (ed.); kesatu). www.penerbitlitnus.co.id

- Narlan, A., & Juniar, T. D. (2020). Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga. In *Deepublish*. <https://www.shutterstock.com>
- Nugraha, P. U. T., Nurlan, K., & Ahmad, H. (2024). Efektivitas Hubungan Pelatih Dan Atlet Dalam Pembentukan Ketangguhan Mental Ukm Futsal Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 9(April), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.36526/kejaora.v9i1.3510>
- Nurohman, & Budi. (2024). *Pengaruh Variasi Latihan Shooting t erhadap Ketepatan Shooting*. 14(4), 325–329.
- Prayoga, N. A., Ali, M., & Yanto, A. H. (2022). Pengaruh Latihan Variasi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Pemain SSB. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(2), 119–132. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v4i2.19356>
- Priangan, L. T. (2025, November 2). SMKN Bantarkalong Menang di Final Dramatis dengan 4 Pemain. Diambil kembali dari LINTASPRIANGAN.COM: <https://lintaspriangan.com/berita-tasikmalaya/smkn-bantarkalong-final-futsal-4-pemain/>.
- Purnomo, E. (2021). Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Dalam Pembelajaran Pencak Silat. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 4(01), 6. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v4i01.3948>
- Saharullah, & Hasyim. (2019). Dasar Dasar Ilmu Kepelatihan (Hasyim & Saharullah (eds.); kesatu). Universitas Negeri Makassar.
- Saputra, T. D., & Bulqini, A. (2024). Pengaruh Model Latihan Zigzag Run Dan Shuttle Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Pemain Futsal Smkn 1 Trenggalek. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 7, 413–421.
- Setyo, B. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga* (S. Budiwanto (ed.); kesatu).
- Sidik, Z. D., Pesurnat, L. P., & Afari, L. (2019). *Kondisi Fisik* (Nita (ed.); Cetakan Pertama). PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiarto, T., Tomi, A., & Fauzi, I. A. (2020). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Passing Futsal Menggunakan Metode Drill. *Sport Science and Health*, 2(4), 339–344. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/index>
<http://fik.um.ac.id/>

Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (ke 19).

www.cvalfabeta.com

Wigunawangsa, T. N., Adi, S., Raharjo, S., & Yunus, M. (2022). Pengaruh Latihan *Zig-zag run* Terhadap Kelincahan (*Agility*) Pemain Futsal Wakanda Fc Malang. *Sport Science and Health*, 4(10), 894–897.
<https://doi.org/10.17977/um062v4i102022p894-897>

Yogi, S. S., Wardiah, D., & Manullang, G. J. (2024). Pengaruh Metode Latihan *Agility Hurdle drills* dan Latihan *Agility Ring Drills* terhadap Permainan Sepak Bola Peserta Ekstrakurikuler di MA Al-Fuqron Pampangan. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Dan Biologi*, 4, 82–95.
<https://doi.org/10.61132/jucapenbi.v1i4.56>