

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Gumantan & Eko Bagus Fahrizqi (2020), ***Pengaruh Latihan Fartlek dan Cross Country Terhadap Vo2Max Atlet Futsal Universitas Teknokrat Indonesia***. Jurnal Sport-Mu Pendidikan Olahraga UM Jember, Vol.1 No.1 Januari 2020.
- Alexander, M. (2017). *Field hockey: The advanced skills training manual*. London: Crowood Press.
- Amar, I. Y. (2016). ***Pengaruh latihan SAQ (speed, agility, quickness) terhadap peningkatan kelincahan atlet bulutangkis kelompok umur ganda remaja putri PB. Djarum*** (Skripsi tidak diterbitkan). Universitas Negeri Jakarta.
- Ambarukmi, M., Sidik, D., & Firmansyah, A. (2007). ***Tes dan pengukuran dalam pendidikan jasmani***. Jakarta: Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, Departemen Pendidikan Nasional.
- Anders, E. E., & Myers, S. (1999). ***Field hockey: Steps to success (2nd ed.)***. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Anggriawan, Nofa. 2015. ***“Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi”***. Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 11, Nomor 2.
- Apta Mylodayu, Febi Kurniawan (2015). ***Ilmu Kepelatihan Dasar***. Bandung: Alfabeta, Cv.
- Arif Rifai Zakiuddin. (2019). ***Pengaruh latihan shuttle run dan corner drill terhadap kelincahan pada siswa smp muhammadiyah 1 gisting tahun pelajaran 2018/2019***, Bandar Lampung , Universitas Lampung.
- Arikunto, S. (2002). ***Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Revisi ke-6)***. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). ***Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Edisi revisi)***. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa T. O. (1990). ***Theory And Methodology Of Training***. Debuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.CP.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). ***Periodization: Theory and methodology of training (5th ed.)***. Human Kinetics.
- Brown, Lee E dan Vance A Ferrigno (Ed.). 2005. ***Training for Speed, Agility and Quickness, Second Edition. United States of America*** : United Graphics.
- Budiwanto, H. (2013). ***Pelatihan fisik***. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Budiwanto. (2013). *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang: Depdiknas
- Dewi Lestiyono. (2020). *Pengaruh latihan agility ladder dan cone drills terhadap keterampilan tendangan sabit pencak silat pada atlet putra persinas asad Semarang, Semarang*, Universitas Negeri Semarang.
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepeatihan*. Yogyakarta : FIK UNY
- Eko Bagus Fahrizqi, dkk. 2021. *Pengaruh Latihan Sirkuit Terhadap Kekuatan Tubuh Bagian Atas Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Panahan*. Jurnal Pendidikan dan Olahraga 20 (1),2021, 43-54
- Festiawan, R., Hooi, P. S., & Santosa, D. A. (2021). *Effects of agility training on field hockey performance in youth athletes*. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(2), 320–327
- Firminus, S., Budi, M., & Wahyudi, A. (2018). *Panduan menyusun skripsi pendidikan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Giriwijoyo, S., & Sidik, D. Z. (2012). *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono . (2015). *Kepeatihan Olahraga. Bandung* : Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2018). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hasyim, M., & Saharullah. (2019). *Dasar-dasar kepeatihan olahraga*. Makassar: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.
- Helen Ten. (2006). *Siri sukan popular Hockey*. Malaysia.
- Irianto, D. P. (2004). *Panduan latihan kebugaran jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Kraemer, W. et al. (2003). *Physiological changes with periodized resistance Training in Women Tennis Players*. *Journal of Medicine & Science in Sports & Exercise*. 35, (1), 157-168.
- Kraemer, W. J. (2002). *Strength training for sport*. Oxford: Blackwell Science
- Kresnayadi, I. P. (2016). *Pengaruh Pelatihan Ladder Drill 8 Repetisi 3 Set Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari*. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, 2(2), 103-107.
- Kumar, R. (2017). *Effect of agility training on dribbling skill performance in team sports*. *Journal of Sports Science*, 5(2), 41–47.

- Langga, Z. A., & Supriyadi. (2016). ***Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket SMPN 18 Malang***. Jurnal Kepelatihan Olahraga, 01(01), 90-104.
- Liam, C., Douglas, A., & Kevin, T. (2020). ***The importance of dribbling, speed, and agility in elite field hockey performance***. International Journal of Performance Analysis in Sport, 20(1), 1–12.
- Nofa Anggriawan. 2015. ***“Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi.”*** Jurnal Olahraga Prestasi.
- Primadi Tabrani. (2002). ***Hockey Kreativitas dan Riset dalam Olahraga***. Bandung: ITB.
- Sajoto, M. (1995). ***Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga***. Jakarta: Depdikbud.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). ***Motor control and learning: A behavioral emphasis*** (5th ed.). Human Kinetics.
- Soripada. (2021). ***Pengaruh latihan zig-zag dribble dengan latihan angka delapan terhadap kemampuan dribble atlet putra Unimed Hockey Club pada permainan hockey indoor***. Universitas Negeri Medan
- Subana, M., & Sudrajat. (2009). ***Dasar-dasar penelitian ilmiah***. Bandung: Pustaka Setia.
- Subarjah. (2009). ***Tes dan pengukuran pendidikan jasmani***. Bandung: UPI Press.
- Sudjana, Nana (2016). ***Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar***. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2010). ***Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D***. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). ***Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&B***. Bandung: ALFABETA.
- Suharjana, (2007). ***Latihan Beban***. FIK UNY, Yogyakarta.
- Sirait, D., Nurkadri, Siregar, Y. I., Manik, S., & Gultom, S. R. (2025). ***Pengaruh variasi latihan speed cone drill with dribble terhadap kemampuan dribble pada atlet putri Unimed Hockey Club tahun 2025***. J2IO: Jurnal Jendela Ilmu Olahraga, 154.

- Simamora, Z., Siregar, I., Manik, S., & Ardilla, R. (2025). *Pengaruh latihan zig-zag run dan cone drill terhadap peningkatan kelincahan dan kemampuan dribble atlet putra binaan Unimed Hockey Club*. J2IO: Jurnal Jendela Ilmu Olahraga, 154.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Jakarta: Lubuk Agung.
- Syafruddin (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNP.
- Triprayogo, R., Sugiarto, S., & Setiadi, R. (2021). *Pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan dribbling dalam permainan hoki*. Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia, 5(3), 290–298.
- Zulkarnain. 2012. “*Perbedaan Efek Latihan Cone Drills Dan Latihan Cone Drills Kombinasi Latihan Core Stability Terhadap Peningkatan Waktu Reaksi Pemain Futsal*”. Skripsi. Universitas Esa Unggul Jakarta.