

DAFTAR PUSTAKA

- Agusman, R. dan Suharjana, S. (2019) “Pengembangan Program Latihan,” *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), hal. 12–61. Tersedia pada: <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/66798>.
- Ali, M., Yanto, Hardi, A. dan Pangestu, A. (2023) “Analisis Keterampilan Teknik Dasar *Bowling* Mahasiswa UKM *Cricket* Universitas Jambi,” *Jurnal Pion*, 3(1), hal. 15–21.
- Andriawan Widyatmoko (2012) “Hubungan pengukuran individu dengan pengukuran kelompok teknik.”
- Ariij Firmansyah, D. (2020) “Metode latihan drill *Bowling* Terhadap ketepatan *Bowler*,” *Indonesian Journal of Sport and Physical Education*, 1(3), hal. 94–98.
- Asiva Noor Rachmayani (2015) “Metodologi Latihan Olahraga” hal. 6.
- Adhi, Y. N., & Wismanadi, H. (2018). Pengaruh latihan ladder *Drill* crossover shuffle terhadap peningkatan kecepatan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(7), 182-192.
- Djoko, S. W., Widia, C., Hita, I. P. A. D., Pratama, B. A., Pauzan, P., Ahmad, F. F. R., ... & Husain, F. F. (2023). *Anatomi & Fisiologi Olahraga*.
- Eduard, E. K., Widiastuti, W., & Lubis, J. (2021). THE GAME-BASED *CRICKET BOWLING SKILL EXERCISE MODEL FOR CHILDREN AGES 12-15 YEARS*. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 12(05), 352-367.
- Fajar Satria, F. (2022). PENGARUH *CIRCUIT TRAINING* DAN LARI BOLAK BALIK TERHADAP PENINGKATAN KEBUGARAN JASMANI PADA ATLET PTM GARUDA SATRIA PONCOWATI.
- Febri Kurniawan, Z. (2024). Analisis Keterampilan Teknik Fast *Bowling* Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) *Cricket* Universitas Jambi (Doctoral dissertation, Universitas Jambi).
- Firmansyah, D. A. U., & Supriatna, M. U. (2020). Metode latihan *Drill Bowling* Terhadap ketepatan *Bowler*. *Metode*, 2(2).
- Fufu, R. D. A., Louk, M. J. H., Runesi, S., Wijaya, I. N. W. E., & Neolaka, E. S. (2024). Pemanfaatan Pengenalan Olahraga *Cricket* dan Pelatihan Dasar Pelatih Bagi Guru MGMP Pjok di Kota Kupang. *Jurnal Dharma Pendidikan dan Keolahragaan*, 4(1), 30-35.
- Fuss, F. K., Doljin, B., & Ferdinands, R. E. (2024). Identification of Spin *Bowling* Deliveries with an Advanced Smart *Cricket* Ball. *Sensors*, 24(22), 7106.

- Harsono, 2015. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung : PT REMAJA ROSDAKARYA
- Herwati, T. *et al.* (2024) "TANIA HERWATI, 2024 DAMPAK *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP DAYA TAHAN AEROBIK PEMAIN BOLA VOLI Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu 1," hal. 1–7.
- Iqballudin, M., Mahardhika, D.B. dan (2023) "Pengaruh *Circuit training* Terhadap Ketepatan Shooting Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola MA Nihayatul Amal Rawamerta," *Jurnal Ilmiah Wahana ...*, 9(25), hal. 502–508. Tersedia pada: <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/5786%0Ahttps://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/download/5786/4831>.
- Irwan, S., & BUDIMAN, A. (2021). *Profil Kondisi Fisik Dan Ketepatan Shooting Sepakbola Pada Klub Suryanaga Utama FC Kabupaten Lamongan Tahun 2020* (Doctoral dissertation, Universitas nusantara PGRI Kediri).
- Irwanto, E. (2017) "Pengaruh Metode Resiprokal dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli," *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), hal. 10–20. Tersedia pada: <http://www.journal.ikipgripta.ac.id/index.php/olahraga/article/view/570>.
- Iskandar, T., Kemala, A. dan Prayoga, S. (2020) "Pengaruh Latihan Shooting Metode Taktis Terhadap Akurasi Menendang Pada Peserta Latih Ekstrakurikuler Sepakbola Smp Negeri 1 Tambelang," *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 10(2), hal. 77–83. Tersedia pada: <https://doi.org/10.33558/motion.v10i2.1741>.
- Kusuma, I. D. M. A. W. (2021). pengaruh latihan *circuit training* terhadap peningkatan kemampuan VO2max atlet futsal putri SPARTA FC. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(11), 28-33.
- Kusumati Mia, 2015. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Bandung : Alfabeta.
- KURNIAWAN, A.P. (2013) "Pengaruh Latihan *Circuit training* Terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Di Smp Negeri 1 Sumbang Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas," *Jurnal Keperawatan*, 2 No 2(02), hal. 1–6. Tersedia pada: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5606>.
- Mawardinur, M., Azandi, F., & Nugroho, A. (2022). Pengaruh Metode Latihan *Circuit training* Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Atlet Remaja Pencak Silat Desa Sidomulyo Kabupaten Langkat. *Jurnal Prestasi*, 6(2), 81-85.
- Paoli, A., Pacelli, Q. F., Moro, T., Marcolin, G., Neri, M., Battaglia, G., ... & Bianco, A. (2013). Effects of high-intensity *circuit training*, low-intensity

circuit training and endurance Training on blood pressure and lipoproteins in middle-aged overweight men. *Lipids in health and disease*, 12, 1-8.

Putra, P.P., Rofi'i dan Cholid, A. (2020) "Circuit training: Model Latihan Untuk Menunjang Ketepatan Pukulan Backhand Bulutangkis," *Journal Sport Area*, 5(1), hal. 84–96. Tersedia pada: [https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(1\).4634](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4634).

Prabowo, G. (2018) "Pengaruh Model Latihan Sirkuit Terhadap Peningkatan Biomotor Atlet Pencak Silat Usia 12-15 Tahun."

Pradana, K. A. (2013). Pengaruh Latihan *Circuit training* Terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola di SMP Negeri 1 Sumbang Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas.

Pratama, W. P., & Rahmadani, A. (2024). Pengaruh Latihan *Circuit training* Terhadap Forehand Smash Bulutangkis Atlet PB Realita Pekanbaru. *Catha: Journal of Creative and Innovative Research*, 1(3), 69-74.

Pujianto, D., Sutisyana, A., Arwin, A., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Pengembangan Model Latihan Passing Sepakbola Berbasis Sasaran Teman. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1).

Rizki, I. (2023). Analisis Keterampilan Teknik Dasar *Bowling* Atlet *Cricket* Kota Jambi. ANALISIS KETERAMPILAN TEKNIK DASAR *BOWLING* ATLET *CRICKET* KOTA JAMBI.

Roberts, M. (2005). Sri Lanka: The power of *Cricket* and the power in *Cricket* 1. In *Cricket and national identity in the postcolonial age* (pp. 132-157). Routledge.

Setiawan, D. (2022). PENGARUH BENTUK LATIHAN TARGET GAMES DENGAN MENGGUNAKAN TINGGI NET YANG BERUBAH TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN SMASH BOLA VOLI (Studi Eksperimen Pada Peserta Putra Ekstrakurikuler SMA Ciledug Al Musaddadiyah Kabupaten Garut (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).

Sidik, D. Z. (2010). Prinsip Prinsip Latihan Dalam Olahraga Prestasi. *Online at* <https://penjasorkessman3.files.wordpress.com>. (Diakses 4/04/2015).

SLEMAN, P. F. P. P. PENGARUH LATIHAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SHOOTING.

Srowi, Master, Hartati Hartati, dan Ahmad Richard Victorian. 2023. "STUDY OF NUTRITIONAL STATUS APPLICATION DEVELOPMENT IN CORRECTIONAL ASSISTED CITIZENS (WBP) AT LAPAS

NARKOTIKA KELAS IIA MUARA BELITI.” *Journal Physical Education, Health and Recreation* 7(2): 80.

Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet

Suseno, W., Muhtar, T. dan Sudrazat, A. (2023) “Pengaruh Bentuk Latihan *Circuit training* Terhadap Ketepatan Shooting Pada Club Sepakbola Cirebon United Kota Cirebon,” *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(3), hal. 828–839. Tersedia pada: <https://doi.org/10.37058/sport.v7i3.8457>.

Triyogo, T. (2021). Pengaruh Push Up Dan Pull Up Terhadap Ketepatan Servis Bola Voli Siswa Putra Sma Negeri 1 Pulau Laut Tengah. *Cendekia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 9(2), 223-234.

Wahyudi, A. N. (2018). Pengaruh Latihan High Intensity Interval *Training* (Hiit) dan *Circuit training* Terhadap Kecepatan, Kelincahan, dan Power Otot Tungkai. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 1(2), 47-56.

Wibowo, R., Hasibuan, S., & Valianto, B. (2021). Pengaruh motivasi berprestasi, penyesuaian diri dan manajemen waktu terhadap tingkat stres pada mahasiswa FIK unimed. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 7(02), 1-5

Wikihow (2025). Cara melakukan bowling *off spin*. Amerika Serikat