

DAFTAR PUSTAKA

- Addy Idris Kusuma S. (2015). *Pengaruh Latihan Passing Berpasangan Terhadap Kemampuan Passing Bawah Siswa Swkolah Sepakbola Kalasan Usia 10- 12 Tahun*. Yogyakarta: FIK UNY
- Adi Imam Sarifudin. (2023). *Tingkat Konsentrasi Power Otot Tungkai Terhadap Keteptan Shooting Sepak Bola*. Jambura Helth And Sport Journal.
- Agung Widodo. (2018). *Pengembngan Model Permainan Target Untuk Meningkatkan Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola*. Jurnal Seportif. Universitas Muhammadiyah Sukabumi.
- Agung Widodo & M. Thariq Azis. (2018). *Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) terintegrasi dengan Al-Islam Kemuhammadiyah Bahasa Arab (ISMUBA) di SD/MI Muhammadiyah*. Jurnal Jendela Olahraga.
- Agustina, S. (2018). *Buku Jago Sepakbola Untuk Pemula*. Tangerang Selatan: Oscar Raya
- Alin Anggreni Ginting. (2024). *Pengaruh Latihan Beban Terhadap Kekuatan Otot Tungkai*. Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan.
- Amir Supriadi (2017) *Pengaruh Gaya Mengjar Dan Percya Diri Terhadap Hasil Belajar Shooting (Studi Eksperimen: The Self Check Style Dan The Guided Discovery Style)*. Universitas Negeri Medan.
- Ardiansyah Nur dan Abu Bakar (2021) *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Keterampilan Shooting Sepakbola Siswa SMK Negeri 1 Luwak*. BABASAL Sport Education Journal.
- Badriah, D. L. (2011). *Fisiologi Olahraga*. Pustaka Ramadhan
- Badriah, dewilailatul.(2013) *Fisiologi Olahraga Edisi II*. Bandung: Multazam
- Bompa, T.O. and Buzzichelli, C. (2015). *Periodization Training for Sport. United States*: Human Kinetics.
- Bompa, Tudor O. (1994). *Theory and Methodology of Training: The Key to Athletic Performance*. Kendall/Hunt Publishing Company, IOWA. USA.
- Budiwanto. (2012). *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Universitas Negeri Malang. Malang.
- Budiwanto. (2013). *Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis*. Malang: UM press.
- Dolati, Mahya, et al. (2017). *The Effect of Period of TRX Training on Lipid Profile and Body Compotition in Over Weight Wiman*. Iran: Scientific and Academy Publications.

- Dr. Ardi Nusri, M. Kes., AIFO (2018) *Tes Keterampilan Sepakbola Untuk SSB*. Cipta Prima Nusantara.
- Dr. Ida Bagus Wiguna, M. pd. (2017). *Teori Dan Aplikasi Latihan kondisi fisik*. Fajar, M. K. (2018). *Pengaruh latihan plyometric terhadap kebugaran jasmani mahasiswa universittas kahuripan kediri 2017/2018*. Jurnal Koulutus: Jurnal Pendidikan Kahuripan.
- Fajar, R. N. U. R. (2021). *Pengaruh Latihan Dengan Alat Bantu Resistance Band Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Pada Cabang Olahraga Pencak Silat (Eksperimen dilakukan di Perguruan Pencak Silat Haur Kuning)*. Universitas Siliwangi.
- Fanny Ody Febrianto dan Rini Ismalasi (2020). *Pengaruh Latihan Resistance Band Leg Press Dan Resistance Band Lying Leg Press Terhadap Kekuatan Otot Tungkai E kstrakulikuler Futsal Putra SMA 1 Krembung*. Ejournal. Unesa. ac. Id 2
- Giam, C.K. dan Teh. K.C. (1992). *Ilmu Kedokteran Olahraga*. (terjemahan oleh Hartono Satmoko). Jakarta: Bianarupa Aksara.
- Harre. (2012). *Principle of sport training*. Berlin: Sportverlag.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hendriadi, R., & Irianto, S. (2019). *Pengaruh Latihan Squat Barbel dan Squat Resistance Band Terhadap Peningkatan Power Tungkai Pemain Sepakbola U-15 Tahun di SSB Baturetno*. Pend. Kepelatihan Olahraga.
- Henjilito, R. (2017). *Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan Reaksi Dan Motivsi Terhadap Kecepatan Lari Jarak Pendek 100 Meter Pada Atlet PPLP Provinsi Riau*. Journal Area
- Ismayawati, D. (2016). *Pengaruh latihan resistance band terhadap keterampilan smash permainan bolavoli ditinjau dari tinggi badan*. Artikel Tesis, Program Pascasarjana, UN PGRI Kediri.
- Kuncoro, B. (2012) *Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Berbeban Liner Dan Non Liner Terhadap Peningkatan Power Otot Lengan Ditinjau Dari Kekuatan Otot Lengan*. Jurnal Ilmiah Spirit.
- Lestari, A., & Nasrulloh, A. (2018). *Efektivitas latihan body weight training dengan dan tanpa menggunakan resistance band terhadap penurunan berat badan dan persentase lemak*. MEDIKORA.
- Mardhika, R. (2017). *Pengaruh Latihan Resistance dan Plyometric Terhadap Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan pada Pemain Futsal*. Wahana.
- Muchamad Ishak. (2018) *Pengaruh Metode Pembelajaran Berbasis Permainan Terhadap Hasil Belajar Shooting Ke Gawang Dalam Permainan*

- Sepakbola.** Jurnal Kependidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Pasundan Cimahi
- Mulyono, BA. (2010). *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Jasmani/ Olahraga*. Surakarta. UNS Press.
- Munizar, Razali, Dan Ifwandi. (2016). *Hubungan Power Otot Tungkai Dan Power Otot Lengan Terhadap Pukulan Smash Pada Permainan Bola Voli Club Himadigra FKIP Unsyiah*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekrasi.
- Mysidayu, A Dan Kurniawan F. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Nidhomuddin, A., & Suryandari, N. (2021). *Pemersatu Lamongan: Analisis Identitas Kultural Supporter Sepakbola Persela*. Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial
- Ningrum. R.S. (2020). *Pengaruh Latihan Resistance Band dan Leg Banding Terhadap Peningkatan Kecepatan Tendangan Samping (Cechuitui) Pada Ekstrakurikuler MAN 2 Mojokerto*. Skripsi: Universitas Negeri Surabaya.
- Nining W. Kusnanik dkk. (2011). *Dasar-Dasar Fisiologi Olahraga*. Unesa University Press.
- Nossef Yosef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Lagos: Institut Olahraga Lagos Pan African Press.
- Romadhon. (2017). *Pengaruh latihan menggunakan resistance band terhadap power tungkai atlet ukm taekwondo UNY*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Singh, A.B. (2012). *Sport training*. Delhi: Chawla Offset Printers
- Soekatamsi. 2005. *Permainan Besar I (Sepak Bola)*. Jakarta: UT
- Sucipto. (2000). *Sepak Bola. Departemen Pendidikan Nasional Dirjen Dikdasmen bagian proyek penataran guru SLTP setara D III*. Jakarta
- Sudjarwo, Iwan. 2015. *Permainan Sepak Bola*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta. Jogja Global Media.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Lubuk agung. Bandung.
- Suparno (2013). *Keterampilan Dasar Menulis*. Jakarta: Universitas Terbuka.