

DAFTAR PUSTAKA

- Amansyah, & Sinaga, R. T. (2015). *Upaya Meningkatkan Hasil Passing Melalui Variasi Latihan Berbalik Dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepak Bola Usia 13-15 Tahun Di Ssb Sinar Pagi*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 14(1), 24–34.
- Ambarukmi, H. D. dkk. (2007). *Pelatihan Pelatih Fisik Level 1*. Jakarta: Asisten Deputi Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Keolahragaan Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Andres, Elisabeth R. (1999). *Field Hockey Steps to Success*. United State of America: Versa Press.
- Apta Mylsidayu, M. Or dan Febi Kurniawan, M. O. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Alfabeta.
- Bangun, Hadinata & Ibarahim. (2020). *Pengembangan Variasi Latihan Teknik Dasar Penjaga Gawang Hockey Tahun 2020*. Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna, Vol. 2(1), (Maret). 5.
- Becky Swissler. (2003). *Winning Field Hockey For Girls*. Mountain Lion, inc. New York.
- Bompa, To.(2003). *Theory And Methodology Of Training*. Kendall/Hunt Publishing Company.
- Cahyono, F. D., Wiriawan, O., & Setijono, H. (2018). *Pengaruh Latihan Traditional Push Up, Plyometric Push Up, Dan Incline Push Up Terhadap Kekuatan Otot Lengan, Power Otot Lengan, Dan Daya Tahan Otot Lengan*. Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran. https://doi.org/10.29407/Js_Unpgri.V4i1.12004
- Carsiwan. (2014). *Pembelajaran Permainan Hoki*. Bandung: Bintang WarliArtika.
- Chan, F. 2012. *Strength Training (Latihan Kekuatan)*. Cerdas Sifa, 1(1), 1–8. Retrieved from <https://onlinejournal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>.
- Daulay, Basyaruddin & Rahayu, S. (2020). *Analisis Gerak Teknik Drag Flick Dalam Permainan Indoor Hockey Pada Atlet Putri Pelatda PON Papua 2020 Tahun 2020*. Jurnal Pendidikan Jasmani, Volume 2(2).
- Dinisa Putra, H., Aziz, I. (2020). *Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, P., & Ilmu Keolahragaan*, F. Renang Gaya Dada 200 Meter.
- Djokok Pekik Irianto. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: UNY.
- Djokok Pekik Irianto. (2006). *Bugar dan Sehat Dengan Berolahraga*. Yogyakarta: C.V Andi Offset

- Dwi Anggoro. (2011), "**Fitnes di Rumah**". Jakarta: Be Champion (Penebar Swadaya Grup).
- FIH. 2007. **Peraturan Hoki. (Rules Of Hockey). Alih Bahasa. Octavianus Akiputra Sutar**. Jakarta: PB PHSI.
- Graham Ulmer. (2006). **What Are the Benefits of Incline Pushups**. Demand Media (online), (<http://healthyliving.azcentral.com/benefits-incline-pushups2688.html>).
- Harrell, Roger. (2006). **Stretching and Flexibility**. Crossfit Journal Article
- Harsono (1988). **Coaching Dan Aspek – Aspek Psikologis Dalam Coaching**. Jakarta :
- Harsuki. 2003. **Perkembangan Olahraga Terkini**. Jakarta: Rajagrafindo Persada
- Hasibuan, M. N., & Nurkadri, N. (2022). **A, The small side games pengaruh variasi latihan small side games terhadap kemampuan passing sepakbola pemain usia 11-13 tahun SSB TASBI tahun 2021**. Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment).
- Helen Ten. (2006). **Siri sukan popular Hockey**. Malaysia
- Hendrayadi Suryani, 2015. **Metode Riset Kuantitatif, Teori, Dan Aplikasi Pada Penelitian Bidang Manajemen Dan Ekonomi Islam**, Jakarta: Prenada Media, Ha
- Ibrahim, Manik. S, Gultom. Rahima Siti. (2021). **Hockey Skills Book Development**. BIRCI-Journal, Voll.4(4).
- Irianto, D. P. (2002). **Dasar Kepelatihan**. Fik Uny.
- Irwansyah. 2006. **Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk Kelas XI SMA**. Jakarta: Pt Raja Grafindo Prasada.
- John Wiley dan Sons. (2015). **How to Strengthen Chest Muscles with Wall PushUps**. (online), (<http://www.dummies.com>).
- Kris Indra. (2013). **Belum Kuat Push-Up Coba ini**. (online), (<http://mulaisekarang.com>, diakses).
- M. Yunus. 1992, **Olahraga Pilihan Bola Voli**, Jakarta: Depdikbud
- Manalu, M. I. A. (2014). **Perancangan Alat Ukur Konduktivitas Air (Conductivity Meter) Digital Dengan Sensor Resistif**. Universitas Sumatera Utara.
- Mielke, D. (2003). **Seri Dasar-Dasar Olahraga Dasar-Dasar Sepakbola**. Jakarta: Pakar Raya
- Nossek, Yosef. (1982). **Teori Umum Latihan**. Lagos: Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Risvandi, Setiawan. 2010. **And 1 Volleyball**. [blogspot.com/latihan-beban spotyng](http://blogspot.com/latihan-beban-spotyng). htk

- Sajoto. (1995). ***Pengembangan dan Pembinaan Kekuatan kondisi Fisik Dalam Olahraga***. Jakarta: Dahara Prize.
- Santoso, N. (2014). ***Tingkat Keterampilan Passing- Stopping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa Pjkr B Angkatan 2013***. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 10, (November), 40–48.)
- Setiadi. (2007). ***Anatomi Fisiologi Manusia***. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sinulingga, A., & Nugraha, T. (2013). ***Penerapan pendekatan ilmiah pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dan dampaknya pada siswa SMA Negeri 15 Medan***. Pegagogik Olahraga.
- Stacey Penney (2014). ***Powering Through the Push-up Variations and Progressions***. (<http://blog.nasm.org/fitness/p>)
- Sudjana, N. (2005). ***Penilaian hasil proses belajar mengajar***. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Sugiyono, (2017). ***Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D***.
- Sugiyono. (2010). ***Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D***.
- Sugiyono. (2013). ***Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D***. (Bandung: ALFABETA)
- Suharjana. (2012). ***Pentingnya Kebugaran Aerobik Bagi Setiap Atlet yang Bertanding Pada Kejuaraan Multi Event***. Medikora Vol. IX, No 1. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Sukadiyanto. (2005). ***Pengantar Teori Dan Melatih Fisik***. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto. 2010. ***Pengantar teori dan metodologi melatih fisik***. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Tabrani, Primadi. (2002). ***Hockey Kreativitas dan Riset Dalam Olahraga***. ITB Bandung
- Utomo. Erwan, dkk. (2019). ***Analysis of Biomechanics Slap Hit and Push in The Field Hockey***.