DAFTAR PUSTAKA

Cheraghi. M (2014) Kinematics of straight right punch in boxing. Annals of applied sport science. University of Tehran.

Crisafulli A, Vitelli S, Cappai I, Milia R, Tocco F, Melis F, Concu A (2009) Physiological responses and energy cost during a simulation of a muay thai boxing match. Appl Physiol, Nutr, Metab 34:143–150

Dewi et al (2018). Effect of Physical Pretreatment on Microstructure of Cassava Stem Fibers and Aspergillus niger FNCC 6114 Growth through Solid State Fermentation. International Journal of Science and Research (IJSR).

Dharma, E., Duhe, P., Haryani, M., & Kadir, S. (2023). Edukasi Peraturan Amateur International Boxing Association (AIBA) Pada Pelatih dan Atlet Pertina Provinsi Gorontalo. *Jurnal Dharma Pendidikan Dan Keolahragaan*, *3*(2), 45–52. https://ejournal.unib.ac.id/dharmapendidikan/article/view/29411

Dynamic and Medicine Ball Training to Enhancement Leg Muscle Strength, Abdominal Muscle Strength, and Balance. *Journal of sport science and education (JOSSAE)*, *2*(2), 65–70.

Firdauz, N. W. R., Setijono, H., & Muhammad. (2017). The Effect of Core Stability

Hardianti, P., Lian, B., Kristina, P. C., & Gemael, Q. A. (2022). Penerapan Latihan Beban Pergelangan Tangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Forehand Bulu Tangkis Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 24 Palembang. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, *2*(1),85–92. https://doi.org/10.35706/joker.v2i1.6777

Ina, M., Zikrul, R., & Irfandi. (2020). Pengaruh Latihan Beban Dumbell Terhadap Kecepatan Pukulan Straight Pada Atlet Ukm Muay Thai Unsyiah. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, *1*(1), 1–24. https://jim.bbg.ac.id/ pendidikan /article /view/672

Juliati Br Sinuraya. (2023). Hubungan Daya Ledak Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Pukulan Straight Atlet Tinju Sasana Aroeppala Kota Makassar. *Jurnal Dunia Pendidikan*, *4*(1), 356–363.

Latuheru, R. V., & Rizal, A. (2020). Pengaruh Latihan Bench Press Terhadap Kecepatan Pukulan Straight Pada Cabang Olahraga Tinju. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, *11*(2), 79. https:// doi.org/ 10.26858/ com.v11i2.13390

Loturco, I., Artioli, G. G., Kobal, R., Gil, S., and Franchini, E. (2014). Predicting punching acceleration from selected strength and power variables in elite karate athletes: a multiple regression analysis. J. Strength Cond. Res. 28, 1826–1832. doi: 10.1519/JSC.0000000000000329

Mahfud, I., Asri, N., & Adytia, M. Y. (2022). Pengaruh Latihan Menggunakan Resistance Band terhadap Power Pukulan Hook dalam Bela Diri Tinju. *Sport Science and Education Journal*, *4*(1), 1–5. https:// ejurnal.teknokrat.ac.id/ index.php/ sport/ article/ download/2313/1096

Mardhika, Riga. 2017. "Pengaruh Latihan Resistance dan pyometric terhadap kekuatan otot tungkai dan kelincahan pada pemain futsal." Wahana: Tridarma Perguruan Tinggi 68.1 (2017): 5-12.

Martomu noel (2024) Pengaruh latihan resistance band terhadap daya ledak otot lengan pada atlet wushu sanda sasana BJ Fighter Siborongborong. Univesitas Negeri Medan

Misbahunnur, Muh. (2017) *Pengaruh Latihan Dumbell Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Lengan Pada Pemain Bulu Tangkis Di Gor Pabelan Surakarta.* Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Novriadi, R., & Hermanzoni. (2019). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Kekuatan Otot Tungkai Bawah Terhadap Kemampuan Tolak Peluru. Jurnal Pendidikan dan Olahraga. 2 (1), 260-266.

Nuzulia Atina. (2022). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. In *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*.

Oktariana, D., & Hardiyono, B. (2020). Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil Smash Bola Voli Pada Siswa SMK Negeri 3 Palembang. *Journal Coaching Education Sports*, *1*(1), 13–24. https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.82

Prof. DR. Sudjana M.A., M. s. (2002). *Metoda Statistika*. Tarsito.

Purwadinata, F., & Wijono. (2020). Pengaruh Latihan Punch Resistance Band Dan Punch Dumbell Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Lengan. *Jurnal PrestasiOlahraga*,*3*(1),1–5.

Putri Isabella, A., & Perwira Bakti, A. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Accuracy Smash Bolavola. *Jurnal Kesehatan Olahraga* , *09*, 151–160.

Putri, E. (2020). *Kata Kunci : Metode Circuit Training ; Daya Ledak Otot Tungkai ; Daya Ledak Otot Lengan PENDAHULUAN*. *2*, 680–691.

Ridwan, M., & Sumanto, A. (2018). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan, Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, *2*(1), 69–81.

Soeroso J, Isbagio H, Kalim H, Broto R, Pramudio R. Osteoartritis. Dalam: Setiati S, Alwi I, Sudoyo A, Simadibrata M, Setyohadi B, Syam A, ed. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid III Edisi VI. Jakarta: Interna Publishing; 2015;3197–209.

Souto, E. B., Macedo, A. S., Dias-Ferreira, J., Cano, A., Zielińska, A., & Matos, C. M. (2021, September 1). Elastic and ultradeformable liposomes for transdermal delivery of active pharmaceutical ingredients (Apis). *International Journal of Molecular Sciences*. MDPI. https://doi.org/10.3390/ijms22189743

Usman, J., & Argantos. (2020). Jurnal Performa Olahraga. *Jurnal Performa Olahraga*, *5*(1), 18–25.