

DAFTAR PUSTAKA

- Almy, Muh. Akmal, and Sukadiyanto Sukadiyanto. 2014. "Perbedaan Pengaruh Circuit Training Dan Fartlek Training Terhadap Peningkatan Vo2Max Dan Indeks Massa Tubuh." *Jurnal Keolahragaan* 2(1): 59–68.
- Amalia, Widya et al. 2019. "The Effect of Exercise Push-Up (Grip on the Body) To Speedhit Gyakusuki in Athletes Karate Public Works Pekerjaan Umum (Pu) Parit Indah Pekanbaru Pengaruh Latihan Push-Up (Genggaman Disamping Badan) Terhadap Kecepatan Pukulan Gyakusuki Pada Atlet Se." : 1–10.
<https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/download/15869/15403>.
- "ANALISIS PERKEMBANGAN MAKNA ' KARATE- GOI ' Feby Kurniawan Universitas Negeri Surabaya." 1921. : 1–11.
- Artikel, Info. 2021. "Vol. 04 No.02 Tahun 2021 Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)." 04(xxx): 20–28.
- Azmi, K., and N. W. Kusnanik. 2018. "Effect of Exercise Program Speed, Agility, and Quickness (SAQ) in Improving Speed, Agility, and Acceleration." *Journal of Physics: Conference Series* 947(1).
- Bili, L. D, and D. E. M. T Bete. 2013. "LARI BERBEBAN 1 KG PADA KAKI 100 M 4 REPETISI MENINGKATKAN KECEPATAN TENDANGAN MAWASHI GERI DOJO SMP St. THERESIA." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Chan, Faizal. 2012. "Strength Training (Latihan Kekuatan)." *Cerdas Sifa* 1(1): 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>.
- Cordier. 2019. "Kontribusi Kecepatan Reaksi Tangan Da Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki Chudan Pada Karateka Ranting Inkanas UNMI" : 1–19.
- Danardono. 2015. "Perbedaan Pengaruh Program Latihan Berbeban Dan Plyometric Terhadap Peningkatan KIME Atlet Karate Dalam Bermain Kata Ditinjau Dari Kekuatan Otot Tungkai." *Jurnal Olahraga Prestasi* 11(1): 47–62. <https://journal.uny.ac.id>.
- "Diterjemahkan Oleh DEWAN WASIT PB FORKI."
- Education, Physical. 2019. "CHUDAN MELALUI MODIFIKASI LATIHAN SQUAT JUMPS DAN LATIHAN SPLIT JUMPS PADA ATLET KARATE
 Correspondence : Universitas Negeri Medan , Medan , Indonesia Abstrak
 Kata Kunci : Kecepatan , Squat Jumps , Split Jumps Abstract Keyword :
 Speed , Squat Jumps , Split." 3(2): 41–51.
- Fendrian, Ferry, and Muhammad Nurzaman. 2016. "Efektivitas Teknik Serangan

Pukulan Dan Teknik Serangan Tendangan Terhadap Perolehan Poin Dalam Pertandingan Kumite Cabang Olahraga Karate.” *Jurnal Kepeleatihan Olahraga* 8(2): 1–13.

Hamid, Apris. 2007. “Tangan Terhadap Kecepatan Pukulan Kizami-Gyaku Tsuki the Influence of Weight Training and Hand Reaction Speed Toward Combination Speed of Kizami Gyaku Tsuki Punch To Karate-Ka Inkanas Unm.” : 85–234.

Handoko, Abdul Haris, and Dori Sanius Pandiangan. 2019. “Pengembangan Papan Tumpuan Dalam Pembelajaran Lompat Jauh.” *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching* 1(2): 65–74.

Heivendri. “Nomor-Nomor Pertandingan Cabor Karate.” <http://staffnew.uny.ac.id/upload/132300166/pendidikan/kebutuhan+cabor+karate.pdf>.

Keolahragaan, Fakultas Ilmu, Universitas Negeri Jakarta, Universitas Negeri Medan, and Gaya Bebas. 2021. “Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Renang Gaya Bebas Untuk Atlet Usia Dini Sabaruddin Yunis Bangun 1 , Resy Dwi Ananda 2.”

Nur Hikmah. 2020. “Pengembangan Model Latihan Kelincahan Untuk Karateka Junior.” : 1–82.

Patel. 2019. “Impresi Kualitas Layanan, Harga, Dukungan Keluarga Terhadap Loyalitas Atlet Karate Di Dojo Yogyakarta” : 9–25.

PRAMATA, ANGGA. 2016. “Analisis Kemampuan Vo2Max Pada Atlet Karate Ranting Permata Sidoarjo.” *Jurnal Kesehatan Olahraga* 06(02): 575–81.

Pranopik, Muhammad Riza. 2017. “Pengembangan Variasi Latihan Smash Bola Voli.” *Jurnal Prestasi* 1(1): 31–33.

Purba, Hotliber. 2014. “Perbedaan Pengaruh Latihan Decline Push-Up Dengan Latihan Stall Bars Hops Terhadap Power Otot Lengan Dan Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki Chudan Pada Atlet Putra Karateka Wadokai Dojo Unimed Tahun 2013.” *Keolahragaan, Jurnal Ilmu* 13(1): 23–33.

Riyadi, Faisal, Laksana Priyo Abadi, and Retna Ningsih. 2021. “Perancangan Sistem Informasi Tour Agent Di Bintang Trip.” *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research* 5(4): 845–57.

Riza, Ade Ros, Ibrahim Sembiring, and Zulpikar Ilham. 2020. “Keterampilah Shooting Bola Basket, Alat Bantu Drill.” 19(1): 89–93.

Rubiyatno. 2014. “Peranan Aktivitas Olahraga Bagi Tumbuh Kembang Anak.” *Pendidikan Olahraga* 3(88): 54–64.

Sari, Puput Sekar. 2020. “Motivasi Berlatih Atlet Karate Selama Pandemi Covid-19.” *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan* 9(2): 17–31.

Sembiring, Ibrahim. 2019. "Pengaruh Game Sirkuit Terhadap Kebugaran Fisik Pada." *Jambura Journal of Sports Coaching* 1(2): 63–72.

Sukadiyanto. 2010. "Pengantar Teori Dan Meto-Dologi Melatih Fisik." : 9.

Zebua, Kaleb, and David Siahaan. 2021. "Analisis Teknik Pertandingan Kumite Dalam Olahraga Beladiri Karate." *Jurnal Prestasi* 5(2): 70.

Zuhri, Sholehudin. 2020. "Fenomena Calon Tunggal." *Republika.id*.
<https://www.republika.id/posts/10095/fenomena-calon-tunggal>.



THE
Character Building
UNIVERSITY