

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, Sofa D., et al. "A systematic review finds inconsistency in the measures used to estimate adherence and persistence to multiple cardiometabolic medications." *Journal of Clinical Epidemiology* 108 (2019): 44-53.
- Aprilianto, M.V., & Fahrizqi, E. . (2020). *Tingkat kebugaran jasmani anggota ukm futsal universitas teknokrat Indonesia*. *Journal of Physical Education*.
- Ardika, I. Made Yama, et al. "Pengaruh circuit training terhadap kelincahan dan daya ledak otot tungkai." *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha 3.1* (2015).
- Arifin, S. (2017). *Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik*. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Rineka cipta.
- Aristiyanto, Aristiyanto, et al. "Pengaruh Circuit Training Terhadap Indeks Masa Tubuh Dan Kebugaran Jasmani Atlet Hockey Kabupaten Semarang." *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal* 1.2 (2021): 13-21.
- Bahagia, Y. (2012). *Pembelajaran atletik*. *Pembelajaran Atletik*, Departemen Pendidikan Nasional, 294.
- Bartlett & Bussey, 2018; Gregor et al., 2002. *Perbedaan jenis kelamin dalam stabilitas lutut dinamis pada atlet dengan latihan fungsional intensitas tinggi (Disertasi doctoral)*.
- Benny, B. (2012). *Kontribusi Tingkat VO<sub>2</sub>max Terhadap Prestasi Atlet*. *Journal Competitor*
- Blazevich, AJ, Gill, ND, Kvorning, T., Kay, AD, Goh, AM, Hilton, B., ... & Behm, DG (2018). *Tidak ada pengaruh peregangan otot dalam pemanasan dinamis penuh terhadap performa atletik*. *Kedokteran & Sains dalam Olahraga & Latihan*, 50 (6), 1258-1266.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization training for sports*, 3e. *Human kinetics*.

- Chomczynski, P., & Pert, P. (2018). *The Biochemistry of Karate Techniques. Journal of Sports Science*
- Ekrima, A. (2019). Sport Center Di Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 13–33.
- Eri Pratiknyo Dwikusworo. 2000. *Petunjuk Praktis Tes dan Pengukuran Olahraga*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Funakoshi, G. (1975). *Karate-Do: My Way of Life*. Tuttle Publishing.
- Funakoshi, G. (2001). *Karate-Do: My Way of Life*. Kodansha International.
- [http://kemenpora.go.id/img\\_upload/files/Permenpora Nomor 9 Tahun 2015 tentang Kedudukan Fungsi Tugas dan Susunan Organisasi Badan Olahraga Profesional Indonesia.pdf](http://kemenpora.go.id/img_upload/files/Permenpora Nomor 9 Tahun 2015 tentang Kedudukan Fungsi Tugas dan Susunan Organisasi Badan Olahraga Profesional Indonesia.pdf)
- Gabbett et al., 2014 dkk. "Peningkatan beban kerja akut dikaitkan dengan peningkatan risiko cedera pada pemain kriket cepat elit." *British Journal of Sports Medicine* 48.8 (2014): 708-712.
- Giriwijoyo, H. Y. S. S., & Sidik, D. Z. (2010). *Konsep Dan Cara Penilaian Kebugaran Jasmani Menurut Sudut Pandang Ilmu Faal Olahraga*. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 2(1), 9.
- Hadi, R. (2007). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang PKLO FIK UNNES: Cipta Prima Nusantara.
- Harsono, H., Putra, A. S., Maryana, R., Rizaluddin, A. T., H'ng, Y. Y., Nakagawazumi, A., & Ohi, H. (2016). *Preparation of dissolving pulp from oil palm empty fruit bunch by prehydrolysis soda-anthraquinone cooking method*. *Journal of Wood Science*, 62(1), 65-73.
- Hasan, S., Winarno, M. E., & Tomi, A. (2015). *Pengembangan Model Permainan Gerak Dasar Lempar Untuk Siswa Kelas V Sdn Tawangargo 4 Karangploso Malang*. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 182–200.
- HAY, J. G.; REID, J. G. *The anatomical and mechanical bases of human movement*. 1982.
- Himalaya, Fitri, Akhmad Dimiyati, and Irfan Zinat Achmad. "Tingkat Pemahaman Siswa Pada Atletik Nomor Lari Kelas XI SMK Insan Sempurna Pendidikan Karawang." *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga* 4.1 (2021): 18-26.

- Intan, W., Joman, J., & Hedison, P. (2013). *Pengaruh Latihan Fisik Aerobik Terhadap Vo2 Max Mahasiswa Pria Dengan Berat Badan Lebih (Overweight)*. Jurnal e-Biomedik (eBM),
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga. lembaga pengembangan pendidikan (LPP) UNS*.
- Iswadi, M. S. (2019). *Siswa Smanko Sulawesi Selatan Survey of the Smanko Student ' S Physical Fitness in South Sulawesi Muh . Setio Iswadi Program Studi S1 Jurusan Penjaskesrek. Universitas Negeri Makasar. <https://onsearch.id/Author/Home?author=Iswandi+Muh.Setio>*
- Ishikawa, T. (2005). *The Art of Kata: Karate Patterns for Performance and Self-Defense*. Kodansha International.
- Joyner, Michael J., and Edward F. Coyle. "Endurance exercise performance: the physiology of champions." *The Journal of physiology* 586.1 (2008): 35-44.
- Kurniasari, Ardingga Dhea, Bayu Budi Prakoso, and Widi Ponco Utomo. "BRAVO'S."
- Lee et al., 2012i, Tisnalia Merdya, et al. *Manajemen Aktivitas Fisik di Layanan Kesehatan Primer*. Penerbit: Kramantara JS, 2012.
- Lee, B. (1975). *The Tao of Jeet Kune Do*. Ohara Publications.
- Lorang 2017. *STADION INTERNASIONAL DENGAN PENDEKATAN DESAIN UNIVERSAL= INTERNATIONAL STADIUM WITH APPROACH UNIVERSAL DESIGN*. Diss. Universitas Hasanuddin, 2022.
- McGinnis, Peter Merton. *Biomekanika olahraga dan latihan*. Human Kinetics, 2013.
- Mikdar, U. . (2006). *Hidup sehat: nilai inti berolahraga*.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Keolahragaan dan Kesehatan*. Erlangga.
- Muhtar, D., Li, Z., Gu, F., Zhang, X., & Xiao, P. (2024, September). *Lhrs-bot: Empowering remote sensing with vgi-enhanced large multimodal language model*. In *European Conference on Computer Vision* (pp. 440-457). Cham: Springer Nature Switzerland.
- Nakamura, K. (2012). *The Essential Karate: A Guide to Karate and Its Techniques*. Japan Publications Trading Co.

- Nakayama, W., Daikoku, T., Kuwahara, H., & Nakajima, T. (1980). *Dynamic model of enhanced boiling heat transfer on porous surfaces—Part II: analytical modeling*. *Journal of Heat Transfer*, 102(3), 451-456.
- Nakanishi, T. (2005). *Biomechanics of Karate: The Principles of Kata*. Springer.
- Nenggala, Asep Kurnia. *Sehat dan Tangkas Berolahraga*. PT Grafindo Media Pratama, 2007.
- Nurhayati, Cici Diah Lutfi, and A. C. H. M. A. D. Widodo. "Analisis gerak nomor lari sprint 100 meter putra cabang olahraga atletik (studi kasus pada usain bolt di kejuaraan international association of athletics federation berlin tahun 2009)." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 6.2 (2018): 1-26.
- Okazaki, T. (2015). *Karate: The Art of Empty-Hand Fighting*. Tuttle Publishing.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 tentang *Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*
- Prianto, D. A., Utomo, M. A. S., Abi Permana, D. A. P., Mutohir, T. C., & Suroto. (2022). *Survey Tingkat Kebugaran Jasmani dan Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Pertama di Sidoarjo*. *Jurnal Segar*, 10(2), 49–56.
- Prof. H.Y.S Santosa Giriwijoyo, 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Puspodari. (2021). *Tingkat Volume Oksigen Maksimal Atlet Cabor Konsentrasi Unggulan Senam Puslatkot Kota Kediri Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi 2022*. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, 6(1), 207–211. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1296>
- Putra, Wira Eka, and Muhaimin Rifa'i. "EVALUATING THE MOLECULAR INTERACTION OF SAMBUCUS PLANT BIOACTIVE COMPOUNDS TOWARD TNF-R1 AND TRAIL-R1/R2 AS POSSIBLE ANTI-CANCER THERAPY BASED ON TRADITIONAL MEDICINE: THE BIOINFOTMATICS STUDY." *Scientific Study & Research. Chemistry & Chemical Engineering, Biotechnology, Food Industry* 21.3 (2020): 357-365.

- RADCLIFFE, James C. "a Robert C. FARENTINOS." *High-powered plyometrics*/James Radcliffe, Robert C. Farentinos (2015).
- Ratno, P., Hasibuan, R., & Fadli, Z. (2018). *The Development of Karate Talent Scouting Identification Instrument*.
- Rosiadi, I., & Kurniawan, A. W. (2023). *Pengembangan Pembelajaran Materi Lompat Berbasis Aplikasi Untuk Guru Mata Pelajaran Pjok Sekolah Menengah Pertama (Smp) Di Kota Batu*. Agustus, 4(2), 2723–584.
- Sakai, K., Yamamoto, A., Matsubara, K., Nakamura, S., Naruse, M., Yamagata, M., ... & Ueda, M. (2012). *Human dental pulp-derived stem cells promote locomotor recovery after complete transection of the rat spinal cord by multiple neuro-regenerative mechanisms*. *The Journal of clinical investigation*, 122(1), 80-90.
- Santosa, A. T. (2021). *Pengaruh Latihan Gerak Dasar dan Latihan Pernafasan Merpati Putih Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Anggota UKM Pencak Silat Merpati Putih Universitas Negeri Malang*.
- Giriwijoyo, Santosa, and D. Zafar Sidik. "Ilmu Kesehatan Olahraga. Bandung." (2012).
- Sabeth Muchsin (1979). *Best Karate Comprehensive I M. Nakayama*. Jakarta Pusat. PT. Indira
- Sagitarus. (2008). *Modul Karate*. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sakti Rumpoko, S., Septi Sistiasih, V., Sunjoyo, Sholeh, M., Kuntum Mandalawati, T., & Rasyid, A. (2024). *Physical Fitness Study Screening of Physical Education Students for Enhancing Physical Capabilities at Tunas Pembangunan University Surakarta*. *Journal of Community Capacity Empowerment*, 2(1), 7–11. <https://doi.org/10.36728/jcce.v2i1.3274>
- Sakai, T., & Yamamoto, S. (2012). *Biomechanical and Neuromuscular Analysis of Kata Techniques*. *Journal of Sports Science*
- Sari, D. N. (2020). *Tinjauan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. *Sporta Saintika*, 5(2), 133–138. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.149>
- Santika, I. Gusti Putu Ngurah Adi. "Pengukuran Komponen Biomotorik Mahasiswa

- Putra Semester V Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2017." *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi* 3.1 (2017): 85-92.
- Seki, S., & Sato, T. (2015). *Biomechanical Study of Karate Techniques: Effects of Blocking and Striking Movements on the Body*. *Journal of Sports Science & Medicine*
- Seki, M., Nishimura, R., Yoshida, K., Shimamura, T., Shiraishi, Y., Sato, Y., ... & Takita, J. (2015). *Integrated genetic and epigenetic analysis defines novel molecular subgroups in rhabdomyosarcoma*. *Nature communications*, 6(1), 7557.
- Seefeldt, Vern. *Buku Pegangan untuk Pelatih Olahraga Remaja . Aliansi Amerika untuk Kesehatan, Pendidikan Jasmani, Rekreasi dan Tari*, PO Box 704, Waldorf, MD 20601, 1987.
- Sharma, Sangeeta, dkk. "Variasi dan sumber karbon hitam yang setara di Kutub Utara yang terungkap melalui pengamatan jangka panjang di Alert dan Barrow: 1989–2003." *Jurnal Penelitian Geofisika: Atmosfer* 111.D14 (2006).
- Siti, Khodijah Rangkuti. *Hubungan Kebiasaan Olahraga Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Pondok Pesantren Subulussalam Sayurmaincat Kecamatan Kotanopan Tahun 2021*. Diss. Universitas Andalas, 2021.
- sudarsinah. (2021). *Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Anak Usia Kesekolah Dasar*. *Pgsd Stkip Pgr*, 3(3), 1–10.
- Sugiyono, P. D. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. alfabeta.
- Sugiharto, S., Hedemann, M. S., & Lauridsen, C. (2014). *Plasma metabolomic profiles and immune responses of piglets after weaning and challenge with E. coli*. *Journal of Animal Science and Biotechnology*, 5(1), 17.
- Suprayitno, S., Sunarno, A., Saputra, I., & Riza, A. R. (2023). *Exploring the Interplay between Technology Addiction and Swimming Participation: Insights from Secondary and High School Students*. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 11(4), 1055-1072.
- Suprayitno, Suprayitno. "Hasil Belajar Sepak Sila Permainan Sepak Takraw (Studi

- Ekperimen tentang Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemampuan Motorik pada Mahasiswa PJKR FIK Unimed).*" Jurnal ilmu keolahragaan 17.1 (2018): 58-68.
- Suprayitno, Sigit, and Endin Mujahidin. "Kurikulum Pendidikan Jasmani: Studi Analisis Kitab Tarbiyatul Aulad Fil Islam." Tawazun: Jurnal Pendidikan Islam 13.1 (2020): 75-83.
- Syahputra, Muhammad Amin, and Sanusi Hasibuan. "The effect of shuttle run and zig zag run exercises and confidence on passing productivity on tanjungbalai FC Pumata futsal players." Jurnal Physical Education, Health and Recreation 5.02 (2021): 173-178.
- Syafruddin, Side, and Mohd Salmi Md Noorani. "Lyapunov function of SIR and SEIR model for transmission of dengue fever disease." International Journal of Simulation and Process Modelling 8.2-3 (2013): 177-184.
- Tanaka, T., & Ishikawa, Y. (2012). *Analysis of Karate Techniques: Kicking, Blocking, and Striking Movements*. International Journal of Sports Science & Coaching
- Thompson Coon et al., 2011. "Integrasi Aktivitas Fisik Outdoor Pada Destinasi Camping Ground: Tinjauan Literatur Dampak Kesehatan dan Pariwisata Alam di Yogyakarta." Indonesian Journal of Sport and Tourism 7.1 (2025): 13-24.
- Wahid, Abdul. "Physiological implications of metabolite biosynthesis for net assimilation and heat-stress tolerance of sugarcane (*Saccharum officinarum*) sprouts." Journal of plant Research 120.2 (2007): 219-228.
- Watulingas, I. (2013). *Pengaruh latihan fisik aerobik terhadap vo2 max pada mahasiswa pria dengan berat badan lebih (overweight)*. eBiomedik, 1(2).
- Weinberg, Robert S., dan Daniel Gould. *Dasar-dasar psikologi olahraga dan latihan* . Kinetika manusia, 2023.
- Wiarto, Giri. "Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung Melalui Penerapan Pembelajaran Team Games Tournament Pada Siswa Kelas Viii B Smp Negeri 5 Surakarta Tahun Ajaran 2012/2013." (2013).