

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, R. M., & Nasrullah, A. (2016). Pengaruh *Weight Training* Dan *Body Weight Training* Terhadap *Power* Tungkai Atlet Bola Tangan. *Medikora, VX (1)*, 97-107
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- AHMAD HIDAYAT, R. I. A. N. (2020). *Perbandingan Pengaruh Latihan Plyometrik Jump To Box Dan Squat Jump Terhadap Power Otot Tungkai Permainan Futsal* (Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi).
- Akmal, I., & Lesmana, H. S. (2019). Kontribusi Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Pemain SSB POSS. *Jurnal Patriot, 1(3)*, 1197-1210
- Bahtra, R. (2022). **Buku Ajar Permainan Sepakbola**. Sukabina Press.
- Badaru, B. (2022). **BAHAN AJAR SEPAKBOLA**.
- Bahtra, R. (2022). **Buku Ajar Permainan Sepakbola**. Sukabina Pres.
- Munir, A. S., & Irawan, F. A. (2022). Analisis *Backswing* Dan Penggunaan *Star Excursion Balance Test (SEBT)* Terhadap Hasil Lemparan *Shooting* Petanque. *JOSSAE Journal of Sport Science And Education*, 197–204.
- Safitri, H. D. (2019). Pengaruh Latihan Beban Menggunakan *Ankle Weight* Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Atlet Taekwondo Putra Kabupaten Kerinci.
- Dahlan, F., & Hidayat, R. (2020). Pengaruh Komponen Fisik Dan Motivasi Latihan Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola. *Jurnal Keolahragaan, 8(2)*.
- Emzi, R. (2022). *Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Power Otot Tungkai Dengan Akurasi Shooting pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMPN 16 Pontianak* (Doctoral Dissertation, IKIP PGRI PONTIANAK).
- Fadilah, A., Azzahra, A. N. R., Rahmatunisa, I., Prayoga, M. I., & Fua'din, A. (2023). Pengaruh *Weight Training* Terhadap *Power* Otot Tungkai Atlet Rowing. *JIPOR: Jurnal IPTEK Olahraga dan Rekreasi, 2(2)*, 80-86.
- Fleksibilitas, M. G. Pengaruh *power* otot tungkai dan fleksibilitas terhadap hasil tendangan mawashi geri pelajar ekstrakurikuler karate sma negeri 2 kalianda.
- Gabhe, K. M. (n.d.). *Buku Ajar Sepakbola*. Scribd.

- Haryanto, A. I., Liputo, N., & Fataha, I. (2021). Korelasi Panjang Tungkai, *Power* Otot Tungkai Dan Kecepatan Lari Dengan Hasil Lompat Jauh. *Jambura Health and Sport Journal*, 3(1), 42-50.
- Hanafi, M., & Prastyana, B. R. (2020). *Metodologi Kepelatihan Olahraga Tahapan & Penyusunan Program Latihan*. Jakad Media Publishing.
- Hariadi, H. (2022). Pengaruh Latihan *Shooting* Dengan Bola Bergerak Dan Bola Diam Terhadap Akurasi Tendangan Siswa Ektrakurikuler Smpn 10 Palopo (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Palopo).
- Ningsih, T. G., Witarsyah, W., Sin, T. H., & Setiawan, Y. (2020). Manfaat Latihan Variasi Jarak Servis Terhadap Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 2(4), 916-927.
- Hariadi, R., & Mardela, R. (2020). Pengaruh Latihan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash. *Jurnal Patriot*, 2(3), 898-906.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Jibriel, K. (2013). Hubungan Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai, Dan Kelentukan Pergelangan Kaki Terhadap Tendangan Jarak Jauh Pemain U-15 SSB Tunas Muda Banyubiru Kab. Semarang Tahun 2012. *Universitas Negeri Semarang*.
- Kusuma, K. C. A. (2021). *Kepelatihan Sepak Bola: Teori dan Praktik-Rajawali Pers*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Mcguigan, M. (2017). *Developing Power*. Human Kinetics.
- Sudjana, N. (2010). **Dasar-dasar Proses Belajar**, Sinar Baru Bandung Setyono, B. et al. (2006). *Multimedia Pembelajaran Berbasis Macromedia Authorware*, 6
- Sudjana. (2002). *Metodastatistika*. Tarsito.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wiarto, G. (2021). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Guepedia.
- Widiastuti, A. (2015). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya.
- Gunawan, I. (2009). *Teknik Olahraga Sepakbola*. Jakarta: IPA ABONG.
- Gentil, P., et al. (2020). *Resistance Training in Face of the Coronavirus Outbreak: Time to Think Outside the Box*. *Frontiers in Physiology*.