

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., & Sulistyarto, S. (2019). Analisis Kondisi Fisik Atlet Putra Floorball Universitas Negeri Surabaya. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 3(2), 81. <https://doi.org/10.26740/jossae.v3n2.p81-93>
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Arizal, Y., & Lesmana, H. S. (2019). Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Ketangguhan Smash Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 2(5), 1124–1138.
- Candra, J. (2021). *Pencak Silat*. Deepublish.
- Hambali, S., Sundara, C., & Meirizal, Y. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pplp Jawa Barat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 74–82. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8217>
- Haqiyah, A. (2020). *Pencak Silat*. PT. Raja Grafindo Persada.
- HB, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*. PT.RajaGrafindo Persada.
- Ihsan, N., Yulkifli, Y., & Yohandri, Y. (2018). Instrumen Kecepatan Tendangan Pencak Silat Berbasis Teknologi. *Jurnal Sositologi*, 17(1), 124–131. <https://doi.org/10.5614/sostek.itbj.2018.17.1.12>
- Iskandar, T. (2015). Hubungan antara Daya Ledak Otot Tungkai, Kelenturan Punggung dan Motivasi Belajar Pada Kemampuan lompat tinggi Gaya Flop. *Journal Motion*, VI(2), 163–173. <http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/505/402>
- Iskandar, T. (2017). Hubungan Antara Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap

- Keterampilan Menggiring Bola. *Jurnal Motion*, VIII(2), 182–190.
- Iskandar, T. (2019). Perbandingan Antara Interval Training Dengan Fartlek Terhadap Daya Tahan Atlet Futsal U-16 Ranggon Dalam Liga Asosiasi Akademi Futsal Indonesia 2018. *Jurnal Olahraga*. <https://doi.org/10.37742/jo.v5i1.89>
- Ismiyarti. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Universitas 11 Maret.
- Lubis, Johansyah, & Hendro, W. (2014). *Pencak Silat*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Lubis, J. (2016). *Pencak Silat Edisi Ketiga*. PT.RajaGrafindo Persada.
- Mia, K. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjas*. Equator.
- Mirfen, R. Y. (2018). Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 10(9), 278–284.
- Moh. Nur Kholis. (2016). Aplikasi Nilai-Nilai Luhur Pencak Silat Sarana Membentuk Moralitas Bangsa. *Jurnal Sportif*, 2(2), 76–84. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v2i2.508
- Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Alfabeta.
- Mylsidayu, A. (2016). *Ilmu Kepelatihan*. Equator.
- Nurzaman, M. (2017). Pengaruh Model Pembelajaran Inkuiri Dan Konvensional Terhadap Pembentukan Self-Esteem. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 2(2), 151. <https://doi.org/10.33222/juara.v2i2.42>
- Rachmansyah, E. (2014). *AD-ART Persaudaraan Pencak Silat Gerak Satria Nusantara*.
- Pradana, S. W. K. C., & Nurkholis. (2019). Kontribusi Tinggi Badan, Panjang Lengan, Keseimbangan, Konsentrasi Dan Persepsi Kinestetik Terhadap Ketepatan Shooting Pada Olahraga Petanque. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(1), 1–

5. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/26919>
- Ridwan, M. (2020). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB). *Performance Jurnal*, 5(1), 92–1000.
- Rosyid, A., & Hartoyo, E. (2015). Survei Pembinaan Pencak Silat Di Perguruan Pencak Silat Se-Kabupaten Wonogiri Tahun 2013/2014. *E-Jurnal Physical Education, Sport(Health and Recreation)*, 2246–2250.
- Safitri, S. M. (2013). *Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Kemampuan Agilitas Dan Kecepatan Anak Di SDN Bojong Bandung*. 22–35.
- Saifullah, A., Nur Kholis, M., & Sukmana, A. A. (2020). Analisis Tingkat Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Rayon Pp Rodlotul Chikmah Kabupaten Nganjuk Tahun 2020. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 11(1), 67–76.
- Subarjah, H. (2004). *Latihan Kondisi Fisik*.
- Subramaniam, S. M. (2016). Profil Psikologi Atlet Berpasukan Kriket Wanita Malaysia. *Movement, Health & Exercise*.
<https://doi.org/10.15282/mohe.v5i2.120>
- Sukardi. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya Edisi Revisi*. Bumi Aksara.
- Sumantri, R. J., & Nasuka, S. (2016). Pengaruh Media Gaya Mengajar Latihan dan Tingkat Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Pencak Silat. *Journal of Physical Education and Sports*, 5(2), 127–133.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes%0APENGARUH>
- Syamsiah, S., Purnomo, E., & Gustian, U. (2020). Pengembangan Alat Latihan

- Tangkapan Pencak Silat. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, III, 140–148.
<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jilo>
- Syarifudin, M. B. (2018). *Indonesia performance journal*. 2(2), 74–79.
- Tangkudung, J., & Mylsidayu, A. (2015). *Mental Training* (Issue February).
<https://doi.org/10.1159/000421153>
- Wicaksana, F. D., & Wahyudi, A. R. (2021). Analisis Kondisi Fisik Atlet Perguruan Pencak Silat Jokotole Ranting Kraton Pada Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(4), 36–45. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/38859>
- Widiastuti. (2017). *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Yarmani, Y., & Japriansyah, Z. (2017). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Tendangan Belakang Pada Pesilat Padepokan Pencak Silat Bengkulu. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(2), 101–105.
<https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.10925>
- Zafar, D. (2019). *Latihan Kondisi Fisik*.
- Zhannisa, U. H., Royana, I. F., Prastiwi, B. K., & Pratama, D. S. (2018). Analisis kondisi fisik tim bulutangkis Universitas PGRI Semarang. *Journal Power Of Sports*, 1(2), 30. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i2.2523>