

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. K. (2014). ANALISIS PERSEPSI KINESTETIK DAN MOTIVASI TERHADAP KEMAMPUAN MEMANAH ATLET SULSEL PADA CABANG OLAHRAGA PANAHAN. <http://garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=1014917&val=15402>
- Alfiandi, P. (2016). Pengembangan Model Latihan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jsce/article/view/9056>
- Apta Mylsidayu, Febi Kurniawan. 2015. Ilmu Kepelatihan Dasar. Alfabeta. Bandung
- Arisman, A. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit terhadap Keterampilan Memanah. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 2(1), 150–157. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i1.489>
- Azhar. (2016). Cara berdiri (stance). <https://papatembak.com posisi-berdiri-dalam-panahan>
- Azhar A. Suryadiningrat. (2016). Cara Memasang Dan Melepaskan String. <https://papatembak cara-memasang-nocking-point-pada-string-bow-busur-panah>
- Bangun, S. Y. (2016). PERAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA PADA LEMBAGA PENDIDIKANDI INDONESIA. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). <https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Basuki. (2021). PENGANTAR METODE PENELITIAN KUANTITATIF. MEDIA SAINS INDONESIA. Kota Bandung: CV. MEDIA SAINS INDONESIA
- Billy Yachsie, B. T. P. W., Suharjana, S., Satia Graha, A., & Suhasto, S. (2022). METODE LATIHAN CIRCUIT TRAINING UNTUK MENINGKATKAN DAYA TAHAN OTOT LENGAN & AKURASI MEMANAH. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 103–113. <https://doi.org/10.31571/jpo.v10i2.2790>
- Broto, D. P. (2015). PENGARUH LATIHAN PLYOMETRICS TERHADAP POWER OTOT TUNGKAI ATLET REMAJA BOLA VOLI. <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/506>.
- Cahyo, F. D. (2023). PENGARUH TRX DAN BODY WEIGHT TRAINING TERHADAP DAYA TAHAN OTOT DAN AKURASI ATLET PANAHAN U-18 DITINJAU DARI KEKUATAN OTOT LENGAN. <https://eprints.uny.ac.id/76141/1/febriansyah dwi cahyo>

- Cahyono, A. S. (2016). PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL MASYARAKAT DI INDONESIA. <http://journal.unita.ac.id/index.php/publiciana/article/view/79>
- Deska Wijayanti. (2016). PERBEDAAN PENGARUH SIT-UP EXERCISE DENGAN PRONE PLANK EXERCISE TERHADAP PENURUNAN LINGKAR PERUT PADA REMAJA PUTRI. <http://digilib.unisayogya.ac.id/2141/>.
- Sasmariantono (2023). Mengenal Olahraga Panahan. WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG. Kabupaten Bandung: CV. Widina Media Utama
- Fahrizqi, E. B., Gumantan, A., & Yuliandra, R. (2021). Pengaruh latihan sirkuit terhadap kekuatan tubuh bagian atas unit kegiatan mahasiswa olahraga panahan. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 20(1), 43. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v20i1.9207>
- Hamid Darmadi. (2011). Metode Penelitian. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v13i2.113>
- Hardi, V. J. (2018). FREKUENSI LATIHAN PUSH UP MENGGUNAKAN TUMPUAN JARI-JARI TANGAN DALAM MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT PADA TEKNIK ANCHORING CABANG OLAHRAGA PANAHAHAN. 10(1). <https://ejournal.upi.edu/index.php/JKO/article/view/16275>
- Haris. (2018). Cara Melakukan Sit Up Yang Benar , Membentuk Otot Perut. <http://digilib.unimed.ac.id/id/eprint/35647>.
- Hendra Purnama. (2019). PENGARUH CIRCUIT TRAINING TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN OTOT LENGAN DAN SKOR ATLET PANAHAHAN PUSAT PENDIDIKAN LATIHAN PELAJAR (PPLP) DI YOGYAKARTA. <https://eprints.uny.ac.id/67245/1/SKRIPSIFIX>
- Henny, H. (2019). PENGARUH MANAJEMEN LABA DAN KARAKTERISTIK PERUSAHAAN TERHADAP TAX AVOIDANCE. *Jurnal Muara Ilmu Ekonomi dan Bisnis*, 3(1), 36. <https://doi.org/10.24912/jmieb.v3i1.4021>
- Indarto, A. V. (2023). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN AKURASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN BACKHAND SERVICE ATLET BULU TANGKIS (U-15 TAHUN). https://eprints.uny.ac.id/76164/1/asyidika_vito_indarto_21611251029

- Intan Ungaling Dian. (2018). Gerakan Wall Sit. <https://physitrack.id/exercise-library/how-to-perform-the-wall-sit-exercise>
- Irfandi & Zikrur Rahmat. (2020). ANALISIS KETERAMPILAN MEMANAH BAGI MAHASISWA UIN, SERAMBI DAN UBUDIYAH DI STKIP BINA BANGSA GETSEMPENA BANDA ACEH. *Penjaskesrek Journal*, 7(1), 105–118. <https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v7i1.1012>
- Jaedun, A. (2015). METODOLOGI PENELITIAN EKSPERIMEN. <https://staffnew.uny.ac.id/upload/131569339/pengabdian/metode-penelitian-eksperimen>
- Jannah, M. (2017). Kecemasan dan Konsentrasi Pada Atlet Panahan. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/article/view/1675>.
- Juliantine, O. T. (2015). STUDI TENTANG PERBANDINGAN PENDIDIKAN JASMANI ANTARA INDONESIA DENGAN JEPANG. 3. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/6243>
- Kholida Qothrunnada. (2022). Gerakan Back Up yang Benar untuk Melatih Otot Agar Tidak Cedera. <https://gerakan-back-up-yang-benar-untuk-melatih-otot-agar-tidak-cedera>
- Kusumawati, M., & Mylsidayu, A. (2015). ANALISIS ANXIETY ATLET PORDA KOTA BEKASI. <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/325>.
- Kusumawati, M., & Zhari, M. S. (2018). PENGARUH LATIHAN TRICEPS PUSH DOWN TERHADAP FLYING SHOOT PADA ATLET HANDBALL KOTA BEKASI 2018”. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 61–68. <https://doi.org/10.33558/motion.v9i1.1491>
- Lalu Sapta Wijaya Kusuma. (2017). PENGARUH LATIHAN CIRCUIT TRAINING TERHADAP PENINGKATAN Vo2max PEMAIN SEPAK BOLA EKACITA FC. 4. <http://e-journal.undikma.ac.id/index.php/gelora/article/view/550>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. <https://jurnalolahraga.stkippasundan.ac.id/index.php/jurnalolahraga/article/view/67>
- Makbul, M. (2021). Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian. <https://doi.org/10.31219/osf.io/svu73>

- Manalu, D. L., Dwiyoogo, W. D., & Heynoek, F. P. (2020). Pengembangan Multimedia Interaktif Latihan Kekuatan Pada Matakuliah Spesialisasi Kondisi Fisik Dasar Untuk Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan. 2. [http://garuda.kemdikbud.go.id/PENGEMBANGAN MULTIMEDIA INTERAKTIF LATIHAN KEKUATAN PADA MATA KULIAH SPEKIALISASI KONDISI FISIK DASAR BAGI MAHASISWA PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI MALANG](http://garuda.kemdikbud.go.id/PENGEMBANGAN-MULTIMEDIA-INTERAKTIF-LATIHAN-KEKUATAN-PADA-MATA-KULIAH-SPEKIALISASI-KONDISI-FISIK-DASAR-BAGI-MAHASISWA-PENDIDIKAN-KEPELATIHAN-OLAHRAGA-FAKULTAS-ILMU-KEOLAHRAGAAN-UNIVERSITAS-NEGERI-MALANG)
- Manazi, M. S., & Nurhayati, F. (2015). PENGARUH PENERAPAN LATIHAN IMAGERY TERHADAP HASIL TEMBAKAN PADA JARAK 30 METER EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA PANAHAAN SMP NEGERI 02 BAKUNG BLITAR. 01. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/3087>
- Muh. Yani Balaka. (2022). METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF. WIDINA BHAKTI PERSADA BANDUNG. Kabupaten Bandung: CV. Widina Media Utama
- Mutaqin, L. U. (2018). Upaya meningkatkan kebugaran jasmani melalui circuit training. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.21831/jpji.v14i1.21339>
- Nusufi, M. (2016). KONTRIBUSI DAYA TAHAN OTOT LENGAN DAN PANJANG LENGAN DENGAN KETEPATAN MEMANAH PADA ATLET PANAHAAN PENGPROV PERPANI ACEH TAHUN 2015. 15. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/553>.
- Oktafiranda, N. D., & Fakultas, Y. (2021). PENGENALAN DAN PEMAHAMAN CABANG OLAHRAGA PANAHAAN PADA ANGGOTA KARANG TARUNA JAPOS, TANGERANG SELATAN. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm/article/view/25689>
- Oktafiranda, N. D., Pelana, R., & Marani, I. N. (2017). Efektifitas Komunikasi antara Pelatih dan Atlet terhadap Prestasi Atlet Panahan Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) Nasional. JURNAL SEGAR, 3(2), 87–101. <https://doi.org/10.21009/segar.0302.03>
- Oleh, D. (2015). PENGEMBANGAN BUSUR DARI PRALON UNTUK PEMBELAJARAN EKSTRAKURIKULER PANAHAAN SISWA SEKOLAH DASAR. 11. <http://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/viewFile/8184/6855>

- Prasetyo, Y. (2018). TEKNIK-TEKNIK DASAR BAGI ATLET PEMULA PANAHAHAN. Thema Publishing. Yogyakarta
- Putri, A. E., Fardi, A., & Yenes, R. (2020). METODE CIRCUIT TRAINING DALAM PENINGKATAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN BAGI ATLET BOLABASKET. 2. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/661>
- Ria Lumintuarso. (2013). Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.7215>
- Rita Nora. (2017). Memasang Ekor Panah (Nocking). <https://olahragapedia/teknik-panahan/nocking-atau-memasang-ekor-panah>
- Roy Herdiansyah. (2019). Target Face. <https://hub/ukuran-target-face-pertandingan-indoor-dan-outdoor>
- Ryan Spiteri. (2018). Gerakan Triceps Dips. <https://klik/cara-melatih-otot-trisepts-bisepts>
- Sekaran. (2008). Teknik Pengambilan Sampel. <https://jurnalilmiah.org/journal/index.php/analisis/article/view/595>
- Shella Septiawati. (2023). PENGARUH TINGKAT EMOTIONAL QUOTIENT TERHADAP KINERJA KARYAWAN DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PENDIDIKAN DAN PELATIHAN OLAHRAGA PELAJAR DAN MAHASISWA KABUPATEN BOGOR. <http://prosiding.senmabis.nusaputra.ac.id/index.php/prosiding/article/view/118>
- Sugiyono. (2012). Metodologi penelitian pendidikan. <https://doi.org/10.35794/emba.6.1.2018.18705>
- Suharsimi Arikunto. (2010). Metode Penelitian. https://a-research.upi.edu/operator/upload/pkn_0705452
- Susandi, D., & Wikananda, R. (2018). Analisis Beban Pada Olahraga Panahan Dengan Menggunakan Metode Fisiologi. <https://jurnal.polban.ac.id/ojs-3.1.2/proceeding/article/view/1134/933>
- Susanti, A. (2018). PROGRAM PASCASARJANA MAGISTER TEKNOLOGI PENDIDIKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS LAMPUNG BANDAR LAMPUNG. <http://digilib.unila.ac.id/32827/>

- Susanti, N., & Halin, H. (2017). PENGARUH BAURAN PEMASARAN (4P) TERHADAP KEPUTUSAN PEMBELIAN PERUMAHAN PT. BERLIAN BERSAUDARA PROPERTINDO. 8. <https://doi.org/10.36982/jiegm.v8i1.298>
- Utama, A. M. B. (2013). PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK MELALUI AKTIVITAS BERMAIN DALAM PENDIDIKAN JASMANI. 8. <https://doi.org/10.21831/jpji.v8i1.3477>
- Utomo, A. W., & Haridito, D. I. (2014). ANALYSIS STRENGTH, WEAKNESSES, OPPORTUNITIES, AND THREATS (SWOT) PEMBINAAN PRESTASI ATLET PANAHAN DI MAYANGKARA ARCHERY CLUB LAMONGAN. 01. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/25140>
- Wahyono, R. A. B. (2014). PENGARUH LATIHAN SIT UP, BACK UP DAN FLEXIBILITY TERHADAP PENINGKATAN JAUHNYA HEADING PADA SISWA SSB KKK KU 13 – 15. <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/pko/article/viewFile/9302/8982>
- Wardah Mekka Zainal. (2017). Teknik Dasar Panahan. [https://www.academia.edu/33409589/Teknik Dasar Memanah](https://www.academia.edu/33409589/Teknik_Dasar_Memanah)
- Yachsie, B. T. P. W. B. (2019). PENGARUH LATIHAN DUMBELL-THERA BAND TERHADAP DAYA TAHAN OTOT LENGAN DAN AKURASI MEMANAH PADA ATLET PANAHAN. *MEDIKORA*, 18(2), 79–85. <https://doi.org/10.21831/medikora.v18i2.29200>
- Yachsie, B. T. P. W. B., Prasetyo, Y., & Hita, I. P. A. D. (2021). The relation between confidence level towards archery ability at 50 meters distance on archery athletes. *MEDIKORA*, 20(1), 1–9. <https://doi.org/10.21831/medikora.v20i1.35916>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Yenni, F. R. (2014). EXERCISE EFFECT PUSH UP ON OF DISTANCE OF 30 METERS ATHLETE ARCHERY DIVISION SON PPLM BOW STANDARD. <https://www.neliti.com/publications/202982/pengaruh-latihan-push-up-terhadap-hasil-memanah-jarak-30-meter-atlet-panahan-put>
- Yulianto, D. D. S., & Hidayah, T. (2015). PENGARUH LATIHAN HAND GRIP TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN TEMBAKAN ANAK PANAH KE SASARAN TRIANGGELTARGET FACE PADA KLUB PANAHAN

MUSTIKA BLORA TAHUN 2013.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/6290>