

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan, 1991*, 36.  
[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG\\_ABDULJABAR/Pengertian\\_Penjas.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf)
- Anwar, S. (2019). “Upaya Meningkatkan Kebugaran Siswa Melalui Pengembangan Permainan Gobak Sodor” (Penelitian Tindakan Kelas Di MI Nurul Falah Palasari Kecamatan Pagedangan, Kabupaten Tangerang). UIN SMH BANTEN.
- Arief, M. G., Kurniawan, A. W., & Kurniawan, R. (2021). Pengembangan Pembelajaran Kebugaran Jasmani Unsur Kelincahan Berbasis Multimedia Interaktif. *Sport Science and Health, 3*(2), 40–53.  
<https://doi.org/10.17977/um062v3i22021p40-53>
- Dhedhy, Y. (2016). Pembentukan Karakter Anak Dengan Jiwa Sportif Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Sportif, 2*(1), 101–112.
- Digital, G., Lantai, L., & Medan, U. N. (2018). SEMINAR NASIONAL Seminar Nasional Pendidikan Olahraga. *Prosiding, Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Medan, September*, 442–447.
- 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>

- Fahrizqi, E. B., Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Olahraga Selama New Normal Pandemi Covid-19. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(2), 53–62.
- Fajriyudin, M., Aminudin, R., & Fahrudin, F. (2021). Pengaruh Metode Continuous Running Terhadap Peningkatan Daya Tahan Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat di Pondok Pesantren Modern Nurussalam. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 51–59. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.4435>
- Fikri, A. (2017). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Metode Latihan Sirkuit Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma Negeri 1 Lubuklinggau. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(1), 89–102.
- Fitrianingsih, Y., Suhendri, H., & Astriani, M. M. (2019). Pengembangan media pembelajaran komik matematika bagi peserta didik kelas VII SMP/MTS berbasis budaya. *Jurnal PETIK*, 5(2), 36–42.
- Gumantan Aditya, Mahfud Imam, & Yuliandra Rizky. (2020). Pengembangan Aplikasi Pengukuran Tes Kebugaran Jasmani Berbasis Android. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2), 196–205.
- Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2013). Permainan Kecil (cara efektif mengembangkan fisik, motorik keterampilan sosial dan emosional).

*Malang: Wineka Media.*

Huda, K., Subiyono, H. S., & Sutardji. (2012). Sumbangan Kecepatan, Berat Badan, Daya Ledak Terhadap Lompat Jauh. *JSSF (Journal of Sport Science and Fitness)*, 1(1), 27–32.

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>

Jasmani, S.-P., Rekreasi, K., & Olahraga, F. I. (n.d.). *PENERAPAN PENDEKATAN PERMAINAN MODIFIKASI TERHADAP HASIL BELAJAR DRIBBLING SEPAK BOLA Anang Yachya Fajri \*, Heryanto Nur Muhammad.*

Larasati, D. P., Lesmana, R., Pratiwi, Y. S., & Lubis, V. M. T. (2021). Profil Daya Tahan Otot, Kekuatan Otot, Daya Ledak Otot, Dan Kelentukan Pada Atlet Senam Ritmik Kota Bandung Menurut Standar Koni Pusat. *Jurnal Ilmu Faal Olahraga Indonesia*, 1(1), 32. <https://doi.org/10.51671/jifo.v1i1.75>

Marzuki, I., & Soemardiawan, S. (2019). PENGARUH LATIHAN CORE STABILITY STATIS (PLANK AND SIDEPLANK) TERHADAP KESEIMBANGAN TUBUH PADA PEMAIN PS IKIP MATARAM TAHUN 2019. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 3(2).

Muherman, S., & Ramona, S. (2019). Pengaruh Open Skill Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Drive Dalam Ekstrakurikuler Tenis Meja. *Altius : Jurnal Ilmu*

- Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1), 56–62. <https://doi.org/10.36706/altius.v6i1.8231>
- Mustafa, P. S. (2020). Implikasi Pola Kerja Telensefalon dan Korteks Cerebral dalam Pendidikan Jasmani. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(2), 53–62.
- Mustafa, P. S., & Dwiwogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>
- Ninzar, K. (2018). Tingkat Daya Tahan Aerobik (Vo2 Max) Pada Anggota Tim Futsal Siba Semarang. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(8), 738–749.
- Nosa, A. S., & Faruk, M. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–8. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/1686>
- Nur, H. W. (2016). Hubungan Kelenturan Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dasar Sepaksila Pada Sepaktakraw. *Jurnal MensSana*, 1(2), 49. <https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.54>
- Paryanto, R., & Wati, I. D. P. (2013). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Untan*, 2(5), 143–154.
- Patel. (2019). 濟無 No Title No Title No Title. 9–25.
- Purba, P. H. (2017). Hubungan Kelenturan Dan Kelincahan Terhadap Kecepatan

- Tendangan Mawashi Gery Chudan Pada Karateka Perguruan Wadokai Dojo Unimed. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6492>
- Sari, D. A., & Nurrochmah, S. (2019). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani di Sekolah Menengah Pertama. *Sport Science and Health*, 1(2), 132–138.
- Sembiring, J. B., & Nasution, M. F. A. (n.d.). PENGARUH VARIASI LATIHAN RESISTANCE BAND TERHADAP KEKUATAN OTOT LENGAN PADA ATLET RENANG PUTRA USIA 12-13 TAHUN SAILFISH SWIMMING CLUB MEDAN TAHUN 2021. *JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN*, 21(1), 65–73.
- Sudiana, I. K. (2014). Peran Kebugaran Jasmani bagi Tubuh. *Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA IV*, 389–398.  
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/download/10507/6718>
- Sumarsono, A., & Ramadona, L. E. S. (2019). Sumbangan Dua Metode Latihan Agility Terhadap Koordinasi Kaki Pada Pemain Futsal. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 1(2), 026–037.  
<https://doi.org/10.35724/mjpes.v1i2.1144>
- Syah, I., & Utami, R. F. (2021). Aktifitas Fisik Dan Kognitif Berpengaruh Terhadap Keseimbangan Lansia. *Human Care Journal*, 6(3), 748–753.
- Utama, A. M. B. (2011). Pembentukan Karakter Anak Melalui Aktivitas Bermain

Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1), 1–9.

<https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/3477>

Wiyaka, I., Daulay, D. E., & Adikahriani, A. (2020). Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan Menerima Servis Sepaktakraw Pada Mahasiswa Pko Fik Unimed. *Jurnal Prestasi*, 4(2), 60.

<https://doi.org/10.24114/jp.v4i2.22118>

Yuberti, Y. (2014). “ Penelitian Dan Pengembangan” Yang Belum Diminati Dan Perspektifnya. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni*.

Yulianingsih, I., Qurrotaini, L., & ... (2021). Survei Minat Siswa Usia 12-15 Tahun terhadap Ekastrakulikuler Woodball di SMP N 17 Tangerang Selatan. *SJS: Silampari Journal ...*, 1(1).

<https://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/SJS/article/view/45>

Yulianto. (2016). Perbedaan Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Metode Bagian dan Keseluruhan Terhadap Peningkatan Dribble Shooting Sepakbola Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Kaki. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 16(1), 14–29.

<http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/502>