

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, M. L. (2022). Pengaruh Latihan Lompat Katak Terhadap Peningkatan Power Tungkai Dalam Permainan Sepak Bola Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola Sma Muhammadiyah 1 Bandar Sribhawono Tahun Pelajaran 2021/2022. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Rosalia*, 4(1).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization training for sports*, 3e. Human kinetics.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2021). *Periodization of strength training for sports*. Human Kinetics Publishers.
- Cahya, S. T., Zakaria, D. A., & Kurnia, D. (2022). Minat Mahasiswa terhadap Olahraga Tradisional. *Journal Respects (Research Physical Education and Sports)*, 4(2), 138–147.
- Hanafi, M., & Prastyana, B. R. (2020). *Metodologi kepelatihan olahraga tahapan & penyusunan program latihan*. Jakad Media Publishing.
- Harsono, H. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Jumata, I. W. L., Parwata, I. G. L. A., Tisna, G. D., & Or, S. (2014). Pengaruh Pelatihan Quick Leap dan Lompat Katak Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 2(1).
- Kasriman, K. (2017). Motivasi masyarakat melakukan olahraga rekreasi melalui program car free day di Jakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 72–78.
- Khairuddin, K. (2017). Olahraga dalam Pandangan Islam. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 1(2), 1–14.
- Khalilullah, M. (2012). Permainan teka-teki silang sebagai media dalam pembelajaran Bahasa Arab (Mufradat). *An-Nida'*, 37(1), 15–26.

- Kurniawan, A. W. (2019). Olahraga dan permainan tradisional. *Malang: Wineka Media*.
- Kusumawati, M. (2015). Penelitian pendidikan penjasorkes. *Bandung: Alfabeta*.
- Kusumawati, M., & Abidin, D. (2019). *Effect of Push Up and Pull Up on Jump Shoot Results in Hand Ball Games*. 125–128.
- Lasma, Y. (2022). *Olahraga Tradisional Indonesia*. PJKR UNISMA.
- Modul wasit/juri Olahraga Tradisional Portina Dki Jakarta*, (2021). Portina Dki Jakarta.
- Muhamad, M., Achmad Sofyan Hanif, & Haqiyah, A. (2022). *Statistika dalam Pendidikan dan Olahraga*. Rajagrafindo Persada.  
<https://books.google.co.id/books?id=hNeVEAAAQBAJ>
- Mylsidayu, A. (2015). Ilmu kepelatihan. *Bekasi: Percetakan Equator*.
- Nababan, M. B., Dewi, R., & Akhmad, I. (2018). Analisis pola pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi di federasi olahraga rekreasi masyarakat indonesia Sumatera Utara tahun 2017. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 4(01), 38–55.
- Prasetyo, B., Triansyah, A., & Haetami, M. (2019). Pengaruh Latihan Menggunakan Media Target Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 8(7), 325–334.
- Putri, A. A., Reswita, R., & Andespa, Y. (2021). Pengaruh permainan tradisional terompah panjang terhadap kemampuan motorik kasar pada anak usia 4-5 tahun. *KINDERGARTEN: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 4(2), 165–172.
- Putri, L. R. (2020). Pengaruh pariwisata terhadap peningkatan PDRB Kota Surakarta. *Cakra Wisata*, 21(1).
- Sauri, S. (2020). Pengaruh Metode Latihan Lompat Katak Terhadap Power Tungkai Pada Renang Gaya Dada Di Club Renang Bintang Laut Jakarta Timur. *Jurnal PJKR Unisma*.

- Sepriadi, S. S. (2023). *Model Permainan Bagi Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Sidik, D. Z., Pesurnay, P. L., & Afari, L. (2019). Pelatihan kondisi fisik. *Bandung: PT. Remaja Rosdakarya*.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono, P. (2015). Metode penelitian kombinasi (mixed methods). *Bandung: Alfabeta*, 28(1), 12.
- Sugiyono, P. (2019). Metode penelitian pendidikan (kuantitatif, kualitatif, kombinasi, R&D dan penelitian pendidikan). *Metode Penelitian Pendidikan*, 67.
- Sugiyono, S. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D Cetakan 17*. *Bandung: CV Alfabeta*.
- Sulistiyono. (2017). *Tes Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga*. Yogyakarta:UNY Press.
- SUSANTI, E. (2020). Perbandingan Pengaruh Latihan Plyometric Two Foot Ankle Hop Dengan Barrier Hop Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai (*Eksperimen pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Negeri Bantarkalong Tahun Ajaran 2019/2020*).
- Widiastuti, W. (2015). *Tes dan pengukuran olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya.