

DAFTAR PUSTAKA

- Afriadi, R. (2022). *Kontribusi Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa Putera Kelas XI SMA Negeri 1 Ujung Batu* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Al Hafizh, E. (2022). *Kontribusi Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Pada Siswa Putra Keilas XI SMA Negeri 1 Tapung Hulu* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Amelia, F. (2020). Makalah aktivitas lompat jauh dan lompat tinggi.
- Darusman, M., & Putra, M. A. (2022). Pengaruh Latihan Metode Plyometric (Skipping) Terhadap Power Otot Tungkai Pada Club Bola Voli Ikatan Remaja Conga (Irc) Muara Ngamu. *Journal Of Sport Education and Training*, 3(1), 67-76.
- Fajri, M., & Saman, A. (2022). Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SMA NEGERI 09 BOMBANA. *Journal Olympic (Physical Education, Health and Sport)*, 2(1), 20-30.
- Kusumawati, Mia. 2017. Penelitian Pendidikan Penjas. Bekasi Kota..
- Lesmana, H. S., Ridwan, M., & Donie, D. (2020). Kelentukan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Atletik. *Jurnal Patriot*, 2(3), 848-859.
- Madrid, S. P. S. S. R., & KU, U. *Pengaruh Latihan Single Multiple Jump Dan Frog Jump Terhadap Jauhnya Passing Atas Dalam Permainan*. . (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Yogyakarta).
- Pamungkas, H., Nidomuddin, M., & Hadi, A. P. (2019). *Tes dan Pengukuran Untuk Insan Olahraga*. Guepedia..
- Pangumbahase, M. D., Berhimpong, J., & Sondakh, N. (2021). Pengaruh Latihan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Tinggi Gaya Straddle Cabang Olahraga Atletik. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 101-107.
- Permana, S. C. (2019). Pengaruh Latihan Loncat Katak Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas V SD Negeri Kadubera 1 Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang Provinsi Banten. *E-Jurnal Pendidikan Mutiara*, 4(1), 32-52.
- Ridwan, M., & Suimanto, A. (2017). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan dan Kelentukan dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(01), 69-81.
- Rudi, R., Sahudi, U., & Muimin, S. (2020). Pengaruh Latihan Lompat Tali Dan Lompat Katak Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Journal Respects*, 2(2), 67-72.
- Sandi Ananda Putra, T. (2024). *Analisis Kondisi Fisik Atletik Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar Daerah (PPLPD) Kota Jambi* (Doctoral dissertation, Kepelatihan Olahraga).
- Sari, D. V. *Pengaruh Latihan Loncat Katak Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Pemain Futsal*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Sidik, D. Z. (2010). Prinsip Prinsip Latihan Dalam Olahraga Prestasi. *Online at <https://penjasorkessman3.files.wordpress.com>*. (Diakses 4/04/2015).
- Syamsudar, B., Kusmayadi, D., & Jaman, H. N. (2020). Pengaruh Latihan Plyometric Box Jump Dan Squat Jump Terhadap Kekuatan Tungkai. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 1(1), 21-31.
- TAMBUNAN, D. H. Resume Lompat Jauh (DAUD).
- Tomoliyus, & Aryanto, B. (2020). Asesmen Olahraga. Jawa Tengah: CV. Sarnu

- Wikipedia. (2023). SMK Teratai Putih Global 2 Bekasi. Bekasi: Wikipedia.
- Yanti, F. J., Sugihartono, T., & Nopiyanto, Y. E. (2021). Pengaruh Latihan Depth Jump dan Jump to Box Terhadap Power Otot Tungkai Pada Siswa MA Muslim Cendkia Bengkulu tengah. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 24-33.
- Yulianto, R., Santoso, A. B., & Yulianto, P. F. (2023). Pengaruh latihan loncat katak terhadap kemampuan lompat jauh. *Jurnal Porkes*, 6(2), 900-90