

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. Mustika. 2019. "Penerapan Pendidikan Karakter Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Melalui Metode Pembiasaan." *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan* 12 (2): 183–96. <https://doi.org/10.30863/didaktika.v12i2.185>.
- Amin, Heri, and Aryadi Adnan. 2020. "Studi Tentang Beberapa Komponen Kondisi Fisik Atlet Bolavoli SMK Negeri 1 Kota Solok." *Jurnal Patriot* 2 (1): 265–76.
- Andrianto, Yores, Juwita, and Ajis Sumantri. 2023. "Upaya Meningkatkan Teknik Dribbling Bola Futsal Melalui Media Modifikasi Pembelajaran Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra Sma Negeri 06 Bengkulu Selatan." *SJS (Silampari Journal Sport)* 3: 35–52.
- Andriyani, Asti. 2023. "Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Sindrom Premenstruasi Pada Remaja Putri." *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat* 7 (3): 350–55. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v7i3.250>.
- Aprianto Purba, Josua, Sutarjo, and Abdul Salam Hidayat. 2023. "Analisis Tingkat Pengetahuan Taktik Dan Strategi Dalam Bermain Futsal Pada Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Di SMAN 1 Kedung Waringin Kabupaten Bekasi." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* Vol 3 (4): 3750–61.
- Arib, M. Farhan, Meiliza Suci Rahayu, Rusdy A Sidorj, and M Win Afgani. 2024. "Experimental Research Dalam Penelitian Pendidikan." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4 (1): 5497–5511.
- Arifin, Zaenal. 2017. "METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN EDUCATION RESEARCH METHODOLOGY Abstract." *Higher Education Research Methodology: A Step-by-Step Guide to the Research Process*, 1–140. <https://doi.org/10.4324/9781315149783>.
- Arifin, Zainul. 2018. "Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang." *Journal AL-MUDARRIS* 1 (1): 22. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>.
- Astuti, Riska Dwi, Hasanuddin, and Muh.Adnan Hudain. 2019. "Survei Daya Tahan VO2max Pada Atlet Karate Lemkari Sulawesi Selatan." *Fik Unm*, 1–7.
- Brown, Lee E, and Vance A Ferrigno. 2017. *Training for Speed, Agility, and Quickness. Training for Speed, Agility, and Quickness*. Human Kinetics.
- Dachliyani, Liya. 2019. "INSTRUMEN YANG SAHIIH : Sebagai Alat Ukur Keberhasilan Suatu Evaluasi Program Diklat (Evaluasi Pembelajaran)." *MEDIKA: Media Informasi Dan Komunikasi Diklat Kepustakawanan* 5 (1): 57–65.
- Diwanty, Vebryolani Dyska, Nur Ahmad Muharram, and Dhedhy Yulawan. 2024. "Pengaruh Latihan Kelincahan Dan Latihan Kecepatan Terhadap Peningkatan Kemampuan Dribbling Bola Pada Atlit Futsal Putri Erlangga Academy," 539–45.
- Guritno, Figo Raynor, and Aziz Abdul Hakim. 2024. "Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Kelincahan Pemain Futsal Academy Al-Hadid Surabaya Usia 20 Tahun." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, no. 4: 93–102.
- Hanafi, F, T A S Hidayat, and ... 2023. "Peningkatan Keterampilan Menggiring Bola Melalui Latihan Kelincahan Permainan Futsal Siswa Ekstrakurikuler Ma Ma'arif 06 Pasir Sakti Tahun 2022."

- Hanief, NandaYulingga, Puspodari, Septiyaning Lusianti, and Andriyas Apriliyanto. 2016. "Profil Kondisi Fisik Atlet Junior Taekwondo Puslatkot Kediri Tahun 2016 Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) Jawa Timur Tahun 2017." *Jurnal Kejaora* 1 (November 2016): 17–28.
- Hariawan, Rizqu Utomo, and Fatkur Rohman Kafrawi. 2022. "Manfaat Kepercayaan Diri Terhadap Keberhasilan Control Dalam Pertandingan Futsal." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 10 (1): 234.
- Ilmu, Jurnal, and Kesehatan Olahraga. 2021. "Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga" 2 (1): 108–22.
- Iskandar, Tatang, and Fahmi Rahman. 2019. "Pengaruh Metode Latihan Hand Grip Terhadap Kekuatan Genggaman Tangan Pada Atlet Putra Pelatcab Petanque Kota Bekasi." *Motion: Jurnal Riset Physical Education* 9 (2): 140–45. <https://doi.org/10.33558/motion.v9i2.1539>.
- Joyo, Yotono Ekoman, Martiani Martiani, and Ajis Sumantri. 2022. "Kontribusi Antara Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Heading Pada Club Futsal Skm Fc Suka Maju Bengkulu Selatan." *Educative Sportive* 3 (01): 27–33.
- Kahfi, Muhammad Khoerul, Fransisca Januarumi, and Marhaendra Wiyaja. 2018. "Pengaruh Latihan," 24–29.
- Kemala, Aisya. 2024. "KEMAMPUAN KESEIMBANGAN DAN KOORDINASI PADA SISWA" 6 (2): 133–45.
- Kusumawati, Mia. 2015a. *Penelitian Pendidikan: Penjasorkes (Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan)*. Bandung: ALFABETA.
- . 2015b. *Penelitian Pendidikan Penjasorkes*. Alfabeta.
- Lamusu, Ahmad, and Zulkifli A. Lamusu. 2020. "Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Mawasi Geri Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Olahraga Dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo." *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal* 6 (3): 365. <https://doi.org/10.37905/aksara.6.3.365-376.2020>.
- Lasma, Yunita, Fadlu Rachman, and Kamil Mazid. 2019. "Tingkat Kondisi Fisik Peserta Ektrakurikuler Futsal Di MTS Jakarta Islamic School" 3 (2): 14–15.
- Maharanti, P. 2022. "Makalah Metodologi Penelitian Desain Penelitian (Research Design)." *Academia.Edu*.
- Maulidian, Gilang. 2021. "Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Keterampilan Dribbling Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di Smp Islam Al-Azhar 7 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2019." *Movement And Education* 1 (1): 23–34. <https://doi.org/10.37150/mae.v1i1.1212>.
- Mubarani, Esty Risa, Mutiara Budi Azhar, and Indri Seta Septadina. 2017. "Hubungan Kelincahan Dengan Indeks Massa Tubuh Dan Persentase Lemak Tubuh Pada Siswa SMA Olahraga Negeri Sriwijaya Palembang." *Biomedical Journal of Indonesia : Jurnal Biomedik Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya* 3 (1): 1–10.
- Narlan, Abdul, and Tri Dicky Juniar. 2020. *PENGUKURAN DAN EVALUASI OLAHRAGA*. 1st ed. Deepublish.
- Neviantoko, Galih Yoga, Edy Mintarto, and Oce Wiriawan. 2020. "Pengaruh Latihan Five Cone Snake Drill, V-Drill Dan Lateral Two in the Hole, in Out Shuffle Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan." *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 19 (2): 154. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i2.9039>.

- Prima, Pera, and Dwi Cahyo Kartiko. 2021. "Survei Kondisi Fisik Atlet Pada Berbagai Cabang Olahraga." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 9 (1): 161–70.
- Purnomo, Edi. 2021. "Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Dalam Pembelajaran Pencak Silat." *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)* 4 (01): 73–81. <https://doi.org/10.35724/mjpes.v4i01.3948>.
- Putra, Asmara Doni. 2022. "Pengaruh Latihan Ladder Drill Dan Zig-Zag Run Dalam Meningkatkan Kelincahan Pada Atlet Futsal." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 10 (4): 31–40.
- Rahmaniar, Abd. Haris, and Martawijaya Muh. Agus. 2019. "Merumuskan Hipotesis Fisika Pada Peserta Didik Kelas X MIA SMA Barrang Lompo." *Jurnal Pendidikan Fisika Universitas Muhammadiyah Makassar* 3: 231–40.
- Ricky, Rifaldi, Agus prima Aspa, and Wedi. 2025. "Pengaruh Latihan Five-Cone Drill Terhadap Kelincahan Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMAN 1 Kuantan Mudik" 4: 1–10.
- Ridlo, Azi Faiz. 2019. "Pengaruh Metode Latihan Slalom Dribble Terhadap Keterampilan Dribbling Sepak Bola Mahasiswa Pjkr Universitas Islam 45 Bekasi." *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)* 3 (1): 15–21. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i1.746>.
- Romdani, Sakir, and David Agus Prianto. 2018. "PENGARUH LATIHAN LATIHAN TABATA CIRCUIT TRAINING TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN PADA PEMAIN FUTSAL Sakir Romdani Abstrak" 1 (vol.1 No.4 (2018)): 1–5.
- Santika, I Gusti Putu Ngurah Adi. 2017. "PENGUKURAN KOMPONEN BIOMOTORIK MAHASISWA PUTRA SEMESTER V KELAS A FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN IKIP PGRI BALI TAHUN 2017" 1: 85–92.
- Setiawan, Nova Kurnia, and Martin Sudarmono. 2021. "Pengaruh Latihan Dribble X Pattern Dan Dribble Figure Eights Terhadap Hasil Kemampuan Dribble Atlet Sheyfa Futsal Academy Kendal." *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 2 (1): 287–93.
- Sholeh, Muchhamad. 2018. "Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Dengan Kemampuan Long Service Dalam Permainan Bulutangkis Pada Pemain Pembinaan Prestasi Bulutangkis Utp Surakarta Tahun 2017." *Jurnal Ilmiah PENJAS* 4 (1): 68–78.
- soemardiawan, yundarwati susi. 2018. "Pngembangan Model Latihan SAQ (SPPED, AGILITY, QUICKNESS) TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN PADA PEMAIN FUTSAL TIM SQUAD IKIP MATARAM TAHUN 2018." *Jurnal Ilmiah Ikip Mataram* 5 (1): 37, 38.
- Suyudi, Achmad. 2019. "Siswa Ekstrakurikuler Futsal Smk Negeri 2 Makassar." *Pendidikan*.
- Syarwandi. 2016. "Kontribusi Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Permainan Futsal," 1–23.
- Wibowo, Galih Agung, Saripin, and Ni Putu Wijayanti. 2016. "Pengaruh Latihan X-Pattern Multi Skill Terhadap Kelincahan Siswa Ssb Rumbai Pratama," 1–10.
- Yusuf, P Muhammad, and Fadli Zainuddin. 2020. "Survei Kondisi Fisik Kelincahan Pemain Futsal Undikma" 6 (1): 2019–21.
- Zainuddin, Fadli. 2024. "PENGARUH LATIHAN FIVE-CONE SNAKE DRILL TERHADAP KELINCAHAN PADA TIM FUTSAL FIMS ACADEMY UNDIKMA" 5 (1).