

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliriad, H. (2021). *Senam Lantai*. Bojonegoro.
- Aprianova, F., & Hariadi, I. (2017). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola ( Dribbling ) Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Jurnal Keperawatan Olahraga*, 1(1), 63–74.
- Ardhian, I. D. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43.
- Arfiantari, D. A., Nurkholis, M., Puspodari, P., & Pratama, B. A. (2022). Evaluasi Pengelolaan Pengurus Cabang Olahraga Senam Artistik Kota Kediri. *Sriwijaya Journal Of Sport*, 2(1), 1–10. <https://doi.org/10.55379/Sjs.V2i1.433>
- Arry Anderzen, K., & Susila, G. H. A. (2023). Pengaruh Pelatihan Lateral Pulldowns Dan Seated Rows Terhadap Kekuatan Otot Punggung. *Jurnal Penjakora*, 10(2), 144–153. <https://doi.org/10.23887/Jurnalpenjakora.V10i2.68183>
- Boylen, A. M., Campbell, R. A., Drinkwater, E. J., & Bradshaw, E. J. (2025). Current Biomechanical Methods And Practices Of Physical Training Load Monitoring In Women’s Artistic Gymnastics: A Scoping Review. *Journal Of Sports Sciences*, 43(18), 1992–2006. <https://doi.org/10.1080/02640414.2025.2528442>
- Debby Indah<sup>1</sup>, Hendri Mulyadi<sup>2</sup>, Arip Rahman<sup>3</sup>, A. (2022). *Pelatihan Kelenturan Tubuh Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi Stkip Rokania*. 3(April), 174–181.
- Halim, R. D. P., & Wijaya, F. J. M. (2022). Komposisi Tubuh Dan Status Antropometri Atlit Puslatda Senam Artistik Gymnastik Jawa Timur. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(1), 141–146.
- Hardiansyah, S. (2018). Kondisi Fisik Adalah Salah Satu Prasarat Yang Sangat Diperlukan Dalam Setiap Usaha Peningkatan Prestasi Seorang Atlet, Bahkan Dapat Dikatakan Dasar Landasan Titik Tolak Suatu Awalan Olahraga Prestasi. *Jurnal Menssana*, 3(1), 117–123.
- Hilmi, M. I. R., & Nurrochmah, S. (2025). Hubungan Antara Kecepatan Lari, Kelenturan Tubuh Dan Kelincahan Gerak Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Olahraga Permainan Futsal. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(10), 11680–11688. <https://doi.org/10.54371/Jiip.V8i10.9422>
- Inggar Maizan, U. (2020). Profil Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Padang Adios Club. *Jurnal Performa Olahraga*.

- Kemala Aisya, Firmansyah Dlis Firmansyah, Lubis Johansyah, D. (2024). *African Journal Of Biological The Influence Of Coordination Training And Leg Muscle Explosive Power*. 6(8).
- Kristina, P. C. (2018). Hubungan Keseimbangan Dan Power Otot Tungkai Dengan Hasil Tendangan Penalti Pada Permainan Sepak Bola Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Seminar Nasional Pendidikan Universitas Pgri Palembang, 1*, 292–298.
- Mahardika2, A. S. Dan W. (2018). *Kondisi Fisik Atlet Anggar Kota Surakarta Pendahuluan Hakikat Olahraga Merupakan Kegiatan Fisik Yang Mengandung Sifat Permainan Dan Berisi Perjuangan Melawan Diri Sendiri Atau Dengan Orang Lain Atau Konfrontasi Dengan Unsur-Unsur Alam ( Pujiyanto , 2015 ). 4.*
- Melyza, A., & Aguss, R. M. (2021). Persepsi Siswa Terhadap Proses Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Pandemi Covid-19. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 8–16. <https://doi.org/10.33365/Joupe.V2i1.950>
- Mighra, B. A., & Djaali, W. (2021). *Hubungan Antara Persentase Lemak Tubuh , Lingkar Perut , Lingkar Pinggang Dan Kekuatan Otot Punggung Pada Mahasiswa Olahraga. 13*(September), 224–228.
- Nassib Sarra Hammoudi, Mkaouer Bessem, R. S. H., & Wali Sameh Menzli, N. S. (2020). *Prediction Of Gymnastics Physical Profile Through An International Program Evaluation In Women Artistic Gymnastics. 34*(2).
- Oliveira, M. S., De Souza, A. S. S., Costa, A. R., & Nunomura, M. (2023). The Balance Beam As An Artistic Gymnastics Apparatus For Women: From The Origin To Its Consolidation. *Science Of Gymnastics Journal*, 15(2), 269–284. <https://doi.org/10.52165/Sgj.15.2.269-284>
- Opala-Berdzik, A. (2021). *Characteristics Of Functional Stability In Young Adolescent Female Artistic Gymnasts. 77*(January), 51–59. <https://doi.org/10.2478/Hukin-2021-0051>
- Purbolinggo, K. S., Purbolinggo, S., & Timur, L. (2016). *Kata Kunci: Analisis, Kondisi Fisik, Klub Smanpur. 2*(2), 36–46.
- Putra, T. S. A. (2024). Analisis Kondisi Fisik Atlet Atletik Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar Daerah (Pplpd) Kota Jambi
- Putri, D. T., Soenyoto, T., Raharjo, A., Adi, A., Darmawan, A., & Billiandri, B. (2025). Pengembangan Roller Math Untuk Pesenam Artistik Pemula Di Jawa Tengah. *Jurnal Porkes*, 8(1), 490–499. <https://doi.org/10.29408/Porkes.V8i1.29911>
- Podrigalo, L. V., Artemieva, H. P., Rovnaya, O. A., Panshyna, A. D., Ruban, L. A., Merkulova, T. V., Galashko, M. M., & Chernukha, O. V. (2018). Analysis Of The Physical Development And Somatotype Of Girls And Females Involved

- Into Dancing And Gymnastic Sports. *Physical Education Of Students*, 23(2), 75–81. <https://doi.org/10.15561/20755279.2019.0204>
- Prasetya, H. A., & Wiriawan, O. (2020). Analisis Kondisi Fisik Atlet Senam Artistik Koni Sidoarjo Tahun 2018 Dan Tahun 2019. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(3).
- Silaban, E. H., Iyakrus, & Bayu, W. I. (2023). Survei Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Gulat Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya Survey Of Physical Condition And Basic Technical Skills Of Wrestling Athletes At Sriwijaya State Sport School. *Journal Of Physical Education*, 2, 48–54.
- Sriwahyuniati, C. F., Rini Sukamti, E., Budiarti, R., & Chrisnanda, A. (2019). *Dasar Dasar Senam Lantai*.
- Sterkowicz-Przybycień, K., Sterkowicz, S., Biskup, L., Zarów, R., Kryst, Ł., & Ozimek, M. (2019). Somatotype, Body Composition, And Physical Fitness In Artistic Gymnasts Depending On Age And Preferred Event. *Plos One*, 14(2), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211533>
- Sugiyono. (2022). Identifikasi Perilaku Bidang Pengembangan Moral Anak Kelompok B Di Tk It Al-Dhaifullah Desa Betung Kecamatan Abab Kabupaten .... *Alfabeta, Bandung*, 27–44.
- Widiastuti. (2011). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*.
- Yohanes, B., & Marsudi, I. (2021). Pengaruh Latihan Menggunakan Hand Paddle Terhadap Kecepatan Berenang 50 Meter Gaya Kupu-Kupu Atlet Suryanaga. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(2), 82–86.