

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, W. dan M. Y. (2014). Kemampuan Daya Tahan Anaerobik Hoki. *Kemampuan Daya Tahan Anaerobik Dan Daya Tahan Aerobik Pemain Hoki Putra Universitas Negeri Yogyakarta*, 12(1), 2.
- Apriantono, T., Syahrudin, S., Winata, B., & Karim, D. A. (2020). Korelasi Antara Lompat Vertikal Dengan Performa Sprint 60 Meter Pada Atlet Taekwondo dan Karate. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(2), 63–68. <https://doi.org/10.15294/miki.v10i2.27140>
- Arizal, M. (2020). Perbandingan Kondisi Fisik Ekstrakurikuler Pencak Silat Putra SMP Bahrul Ulum Surabaya dan SMP Panca Jaya Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/36576>
- Bafirman, & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Pt.Rajagrafindo Persada.
- Candra, J. (2021). *Pencak Silat* (1st ed.). Deepublish.
- Chamid, Y. A. (2019). Kapasitas Daya Tahan Anaerobik Dan Aerobik Atlet Pencak Silat Psht Kategori Tanding Kelas Putra Remaja Cabang Sidoarjo. *E-Jurnal Unesha*, 2, 1–4.
- Edwarsyah, S. H. (2017). Pengaruh Metode Pelatihan Circuit Training Terhadap Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Jurnal Penjakora*, 4(1), 1–10. <http://arxiv.org/abs/1011.1669%0Ahttp://dx.doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201%0Ahttps://iopscience.iop.org/article/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Eti, S., & Oman, H. (2016). Pengaruh Latihan Leg Press Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Pencak Silat. *Juara : Jurnal Olahraga*.

- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Gustama, K., Firlando, R., & Syafutra, W. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dengan Keterampilan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 29–39. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2860>
- Hambali, S., Sundara, C., & Meirizal, Y. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pplp Jawa Barat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 74–82. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8217>
- I Gusti Putu Ngurah Adi Santika. (2017). *Pengukuran Komponen Biomotorik Mahasiswa Putra Semester V Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip Pgri Bali Tahun 2017. 1*, 1–14.
- Izzah, N., Rahmat, Z., & Irfandi. (2020). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Evaluasi Hambatan Pembinaan Olahraga Pencak Silat Pada. 1*(1).
- Kosanke, R. M. (2019). *Manusia dan Olahraga*. ITB.
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2014). *Pencak silat*.
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2016). *Pencak Silat* (Eko & E. Soleh (eds.); 3rd ed.). Pt. Rajagrafindo Persada.
- Luis, F., & Moncayo, G. (2015). *Pencak Silat*. Pustakabarupress.
- Masula, D. S. A., & Jatmiko, T. (2021). Analisis Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Kategori Tanding Puteri ( Studi Smk Negeri Mojoagung ). *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 49–57.
- Mirfen, R. Y. (2018). Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 10(9), 278–284.
- Muhamad Fikri Haiqal, O. W. (2022). Tanding Putra Koni Kabupaten Sidoarjo Muhamad Fikri Haiqal \*, Oce Wiriawan. *Analisis Kondisi Fisik Cabang Olahraga Pencak Silat Kategori Tanding Putra Koni Kabupaten Sidoarjo*, 88–93.

- Pasaribu, A. M. N. (2020a). Modul Guru Pembelajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. In *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Pasaribu, A. M. N. (2020b). Tes dan Pengukuran Olahraga. In *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Pasaribu, A. M. N. (2021). Pelatihan Kondisi Fisik Atlet Padepokan Judo Kesatria. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBJ*, 4(2), 113–122.  
<https://doi.org/10.31599/jabdimas.v4i2.554>
- Rahayu, N. (2018). Tingkat Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat di Padepokan PSHT Kabupaten Tulungagung Tahun 2017. *Jurnal Simki Techsain*, 02(05), 1–12.  
<http://simki.unpkediri.ac.id/detail/13.1.01.09.0248>
- Ramdani, M., Barlian, E., Irawadi, H., & Suwirman. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 2(4), 966–981.  
<http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/745/370>
- Rifki, M., & Oktavianus, I. (n.d.). *Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Pinggang terhadap Kecepatan Tendangan Lurus Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Muda Indonesia Kota Bukittinggi Contribution Of Explosive Power Of Leg Muscles And Waist Flexibility To The Speed Of Straigh*. 281–292.
- Rizaldi, A. (2021). *Studi Kondisi Fisik Atlet Perguruan Pencak Silat Tangan Mas Tiku Agam*. 104–118. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/33544>
- Rony, Z. T. (2017). *Siap Fokus, Siap Menulis Skripsi, Tesis, Disertasi (Jurus Mudah Gunakan Metode Kualitatif Tipe Studi Kasus)* (S. Kusumawati (ed.); 1st ed.). Pusat Studi Sumber Daya Manusia.
- Saputra, J., Syafrijal, & Sofino. (2018). Pengaruh Latihan Push – Up Dan Latihan Pull – Up Terhadap Kemampuan Pukulan Lurus Olahraga Pencak Silat. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 2(1), 104–110.

- Sitopu, D. P. L. (2022). Pengaruh Latihan Ball Felling Dan Latihan Interval Training Terhadap Keterampilan Dribling U-13 SSB Isori Putri Kabupaten Asahan Sumatera Utara. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Studi, P., Jasmani, P., Dan, K., Keguruan, F., Ilmu, D. A. N., & Universitas, P. (2021). *Tingkat kondisi fisik atlet ps. uir pekanbaru skripsi*.
- Subekti, N., Warthadi, A. N., Mujahid, H., & Abdullah, A. (2021). Analisis Performa Speed dan Power Atlet Pencak Silat Level Elit. *Jurnal Olahraga Dan Prestasi*, 18, 39–45.
- Susanto, D. M., Maidarman, Suwirman, & Heru syarli, L. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 2(2018), 692–704.
- Syafruddin. (2012). *Ilmu Kepelatihan Olahraga* (UNP Press (ed.); 1st ed.). UNP Press Padang.
- Syofian, M., & Gazali, N. (2021). Journal of Sport Education ( JOPE ). *Ournal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 63–74.
- Tyas, N. K. (2016). *Survei Pembinaan Prestasi Atlet Pencak Silat Di Kabupaten Purbalingga Tahun 2016*. <http://lib.unnes.ac.id/26982/>
- Yusuf, D. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. *Pemerintah Republik Indonesia*.