

DAFTAR RUJUKAN

- Afiyan, Y., & Ali, M. (2023). The Effect of Weight Training on the Endurance of Arm Muscles of Pencak Silat Athletes Tapak Suci MTs Negeri 4 Tanjung Jabung Timur Regency. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 05(01), 53–63. <https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>
- Almansyur, M. I., Sukarno, B., & Putri, P. E. (2020). Komunikasi Interpersonal Keluarga Sebagai Mediasi Perlindungan Perempuan dan Anak dari Kekerasan. *Digikom: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 01(01), 1–10. <https://www.ejournal.uby.ac.id/index.php/digikom/article/view/557>
- Andalas, H. D. D., & Purwanto, S. (2019). Pengaruh latihan uchikomi osaekomi dan power lengan terhadap hasil osaekomi saat randori pada pejudo. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(1), 1–13. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v15i1.26026>
- Andini, Ci. N. (2024). *Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan dan Fleksibilitas Otot Punggung Terhadap Bantingan Ippon Seoi Nage pada Atlet Judo Kota Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ardiansyah, M. O. (2023). *Hubungan Antara kekuatan Otot Lengan dan Fleksibilitas Pinggang Terhadap Hasil Bantingan Teknik Seoi Nage Pada Atlet Judo Kota Bandar Lampung* [Universitas Lampung]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Universitas Negeri Malang.
- Creswell, J., & Guetterman, T. (2018). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research, 6th Edition*.
- Dedi Cahyadi, I. G. (2023). Derajat Kualitas dan Kuantitas Minat Peserta Didik Mengikuti Ekstrakurikuler. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 10(3), 264–269. <https://doi.org/10.23887/jiku.v10i3.46870>
- Fadilah, A. (2015). *Hubungan kelentukan otot punggung dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan Teknik bantingan Harai Goshi pada atlet judo cempaka putih usia 11 – 16 tahun*. Universitas Negeri Jakarta.

- Gall, M. D., Gall, J. P., & Borg, W. R. (2003). Educational research: An introduction (7th ed.). In *Boston, MA: A & B Publications*.
- Hasyin, & Saharullah. (2021). *Evaluasi Program Pembinaan Olahraga* (Issue 1). PT. RajaGrafindo Persada.
- Jumansyah, S. M. N. H., Nurjamal, N., & Saiin, M. (2021). Analisis Teknik Bantingan Morote Seoi Nage Pada Atlet Judo Pjsi Penajam Paser Utaraketerampilan. *Borneo Physical Education Journal*, 2(2), 1–09. <https://doi.org/10.30872/bpej.v2i2.656>
- Juriana, J., & Tahki, K. (2017). Peran Pelatihan Mental Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Atlet Renang Sekolah Ragunan. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, 2(1), 9. <https://doi.org/10.26740/jossae.v2n1.p9-14>
- Kurniawan, C., Sugiharto, S., & Surisman, S. (2022). The Effect of Uchikomi Seoi-Nage Exercise Using Kettler Rubber for 8 Weeks on Performance Physical Ability Judoka. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 5(2), 253–263. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v5i2.1803>
- Kusnanto, K. A. (2021). *Pengembangan model latihan uchikomi Teknik ippon seoi nage pada atlet judo usia 16-19 tahun PPOP DKI Jakarta*. Universitas Negeri Jakarta.
- Laksono, B., & Falaahudin, A. (2022). Evaluation of Development of Achievement of Judo Athletes in Bantul Regency Yogyakarta Special Region Province. *Journal Physical Health Recreation*, 3(1), 20–37. <https://doi.org/10.55081/jphr.v3i1.710>
- Latif, M., Irawan, D. K., Bakhri, R. S., Ramdhan, C. U., & Listiandi, A. D. (2020). Pengaruh Core Stability Exercise Terhadap Teknik O Goshi Pada Atlet Judo Remaja. *Jurnal Menssana*, 7(2), 191–200. <https://doi.org/10.24036/MensSana.07022022.23>
- Lexy, J. M. (2007). Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Lili Bile, R., Bayo Ola Tapo, Y., & Deni Lelu, F. (2023). Pengembangan Program Latihan Kondisi Fisik Bagi Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 3(3), 99–107. <https://doi.org/10.38048/jor.v3i3.2257>
- Moleong, L. J. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Revisi). PT Remaja

Rosdakarya.

- Narulita, A., Fajar, C. M., Nova Riesma, R. S., Rahman, J. B., Aditiany, S., & Dipura, D. S. (2019). Sosialisasi Citra Baru Pencak Silat Sebagai Soft Power Indonesia Kepada Siswa Smp Negeri 2 Kota Bandung. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 72. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v2i1.23461>
- Nur Wahid, M. F., Yoda, I. K., & Sudarmada, I. N. (2023). Motivasi Atlet Mengikuti Latihan di UPT Pendidikan dan Pelatihan Olahraga Pelajar dan Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(1), 97–101. <https://doi.org/10.23887/jiku.v11i1.57421>
- Okpatrioka. (2023). Research And Development (R & D) Penelitian yang Inovatif dalam Pendidikan. *Jurnal Pendidikan, Bahasa Dan Budaya*, 1(1), 86–100.
- 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/jabdinas.v4i2.554>
- Prasetya, I. W. G. B. (2022). *Pengembangan Model Latihan Teknik Ippon Seoi Nage pada Olahraga Bela Diri Judo*. Universitas Negeri Jakarta.
- Pratama, A. A. (2020). Minat Peserta Didik Kelas XI Terhadap Ekstrakurikuler Judo Tahun 2019 di Madrasah Aliyah Negeri 3 Bantul. In *Fakultas Ilmu Keolahragaan* (Vol. 3, Issue 1). <http://dx.doi.org/10.1038/s41421-020-0164-0><https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027><https://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/><http://dx.doi.org/10.1038/s41467-020-15507-2><http://dx.doi.org/10.1038/s41587-020-0527-y>
- Pribadi, B. A. (2011). Model ASSURE untuk Mendesain Pembelajaran Sukses. In *PT. Dian Rakyat – Jakarta*. <http://repository.ut.ac.id/9317/>
- Puspita, E. (2023). Pengaruh Faktor Lingkungan Terhadap Performa Atlet. *Jurnal Edukasimu*, 3(1), 1–22. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/306>
- Quamila, R., Kadir, A., & Kardjono. (2012). Perbandingan Persentase Penggunaan Teknik Serangan Nage Waza dan Katame Waza terhadap Perolehan Poin Ippon dalam Pertandingan Judo. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 4(2), 1–16.

<https://doi.org/10.17509/jko-upi.v4i2.16186>

- Ramadhani, A., & Purwanto, S. (2017). Pengembangan latihan teknik dasar judo melalui model permainan untuk pejudo pemula usia 8-12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12755>
- Rusmayana, T. (2021). *Model Pembelajaran ADDIE: Integrasi Pedati di SMK PGRI Karisma Bangsa* (1st ed., Issue 1). Widina Bhakti Persada Bandung.
- Samsuddin, S., & Rahman, H. A. (2016). Pengaruh Metode Pembelajaran Drill, Bermain, dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Passing Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 207–209. <https://doi.org/10.21831/jk.v4i2.10899>
- Sari, V. A. (2024). Perlindungan Terhadap Kezaliman Kepada Anak Yang Terdapat Pada Sekolah. *Doktrin: Jurnal Dunia Ilmu Hukum Dan Politik*, 2(2), 151–163. <https://doi.org/10.59581/Doktrin-widyakarya.v2i1.2596>
- Satria, M. N. (2024). *Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kecepatan Bantingan Teknik Uki Goshi pada Atlet Judo Kota Bandar Lampung* (Vol. 1). Universitas Lampung.
- Subroto, R. (2022). *Analisi Teknik Bantingan Seoi Nage pada Olahraga judo di Klub Judo Setia Budi Surakarta ditinjau dari Kajian Biomekanika*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Sugiarto, A. (2020). SInergitas Pelatih dengan Atlet dalam Upaya Meraih Prestasi Puncak. *Cendekia (Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran) IKIP PGRI Kalimantan Timur*, 4(2), 1–10.
- Sugiono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2015). *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Res. Dev. D.
- Sulistyowati, Y. I., & Nurharsono, T. (2020). Pembinaan Prestasi Ekstrakurikuler Basket SMA N di Kabupaten Pati. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(1), 1–5. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes%0APembinaan>
- Sumarni, S. (2019). Model Penelitian dan Pengembangan (R&D) Lima Tahap (Mantap). *Riset & Pengembangan*, 38.
- Trianingrum, D. P., Jatmiko, T., Pd, S., & Kes, M. (2022). Profil Kondisi Fisik Atlet

- Judo Puslatkab Tuban. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(3), 50–57.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/45551>
- Wasak, M. R. P. (2020). Stimulasi Motivasi Berprestasi Atlet Menggunakan Umpan Balik. *Jurnal Muara Olahraga*, 2(1), 208–217.
<https://doi.org/10.52060/jmo.v2i1.183>
- Yacshie, B. T. P. W. B. (2023). *Pengembangan Model Latihan Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Keseimbangan, Konsentrasi, Daya Tahan Otot Lengan, dan Akurasi Pada Atlet Panahan* [Universitas Negeri Yogyakarta].
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Yudhistira, D. (2023). *Pengembangan Model Latihan Fisik Periode Persiapan Khusus Untuk Meningkatkan Power, Kelincahan dan Daya Tahan Pada Karateka Kumite Senior* (Vol. 5) [Universitas Negeri Yogyakarta].
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>

