

## DAFTAR PUSTAKA

- Amansyah, A. (2019). DASAR DASAR LATIHAN DALAM KEPELATIHAN OLAHRAGA. *JURNAL PRESTASI*, 3(5), 42.  
<https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13448>
- Apriliyanto, R. (2019). PENGARUH PELATIHAN SMALL SIDED GAMES TERHADAP PENINGKATAN KAPASITAS AEROBIK MAKSIMAL DAN KETERAMPILAN DRIBBLING PADA PEMAIN SEPAKBOLA. *BIORMATIKA : JURNAL ILMIAH FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN*, 5(01), 56.  
<https://doi.org/10.35569/biormatika.v5i01.414>
- Arifin, Z. (2018). PENGARUH LATIHAN SENAM KEBUGARAN JASMANI (SKJ) TERHADAPTINGKAT KEBUGARAN SISWA KELAS V DI MIN DONOMULYO KABUPATEN MALANG. *Journal AL-MUDARRIS*, 1(1), 22.  
<https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>
- Asep Sudharto, Ramdan Pelana, & Johansyah Lubis. (2020). Latihan Dribbling dalam Permainan Sepakbola. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 140–150.  
<https://doi.org/10.21009/gjik.112.06>
- Hafni Sahir, S. (2021). *Metodologi Penelitian*. [www.penerbitbukumurah.com](http://www.penerbitbukumurah.com)
- Hardovi, B. H. (2019). PENGARUH PELATIHAN PLYOMETRIC SQUAT JUMP DAN DEPTH JUMP TERHADAP DAYA LEDAK PADA PEMAIN BOLA VOLI DI SMP NEGERI 5 JEMBER. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v3i1.584>
- Kahar, I., Wahidin hakim, N., & Surullah, A. (2023). Implementasi Model Discovery Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam. *Sport Science: Jurnal Sains Olahraga Dan Pendidikan Jasmani*, 23, 11–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/JSOPJ.23012023.02>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). MODEL LATIHAN DRIBLING SEPAKBOLA UNTUK PEMULA USIA SMA. *SPORT SCIENCE AND EDUCATION JOURNAL*, 1(2). <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Mulyadi, & Anhar. (2022). Pengaruh Latihan Multiple Jump terhadap Kemampuan Menendang Bola dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Putra Kelas VII. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12(<http://ejournal.tsb.ac.id/index.php/jpo/issue/view/58>), 7–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.37630/jpo.v12i2.837>

- Nasrullah A, Prasetyo Y, & Apriyanto KD. (2018). *DASAR-DASAR LATIHAN BEBAN*.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2020). HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN TENDANGAN PENALTY. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 10–17.  
<https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.181>
- Purnomo, E. (2019). Pengaruh Program Latihan terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bolatangan Porprov Kubu Raya. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.26740/jses.v2n1.p29-33>
- Putri, D. S., Yarmani, Y., & Aliman, A. (2019). STUDI KEMAMPUAN SLALOM DRIBBLING DAN LONG PASSING PADA CLUB SEPAKBOLA WANITA DI KOTA BENGKULU. *KINESTETIK*, 3(2), 183–192.  
<https://doi.org/10.33369/jk.v3i2.8913>
- Raharjo, S. M. (2018). PENGEMBANGAN ALAT TARGET TENDANGAN UNTUK MELATIH AKURASI SHOOTING PEMAIN SEPAK BOLA. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(2), 164–177. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v14i2.23827>
- Rizky Ferdiansyah. M, & Syafii. Imam. (2021). *Tingkat Pemahaman Pelatih Sepakbola di Kabupaten Lamongan terhadap Program Latihan Sepakbola*.  
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/41620>
- Sahid Raharjo. (2019). *Cara Menghitung N-Gain Score Kelas Eksperimen dan Kontrol dengan SPSS*. <https://www.spssindonesia.com/2019/04/cara-menghitung-n-gain-score-spss.html?m=1>
- Salahudin, S., & Rusdin, R. (2020). olahraga meneurut pandangan agama islam. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3). <https://doi.org/10.58258/jisip.v4i3.1236>
- Sepdanius, E., Sazeli Rifki, M., & Komaini, A. (2019). *TES DAN PENGUKURAN OLAHRAGA*. 1–185. <http://repository.unp.ac.id/22012/>
- Septianingrum, K., Darumoyo, K., Priagung, Nurfatony, H. M., & Irfan, M. (2022). PENGARUH LATIHAN DOUBLE LEG CONE HOP DAN LUNGES TERHADAP KEKUATAN TENDANGAN LONG PASS PEMAIN SSB INTERNAL FC U-19. *Journal RESPECS*, 4(1), 11–22.  
<https://doi.org/10.31949/respecs.v4i1.1840>