

## DAFTAR PUSTAKA

- Santoso, D. A. S., & Irwanto, E. (2018). *Studi Analisis Biomechanics Langkah Awalan (Footwork Step) Open Spike Dalam Bola Voli Terhadap Power Otot Tungkai*. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi), 14(1), 81– 89. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v14i1.19985>
- Topo Yono, Edi Irwanto, dan Afin Wahyu Satria (2023) *kecepatan, kekuatan dan akurasi pada smash bola voli (SATRIA Journal Of “Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis” )*1-7.
- Mohammad Fatqi Hidayat, dan Sugiharto (2024) *analisi Gerakan pukulan lurus pencak silat perguruan persaudaraan setia hati terate (Sains Olahraga:Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan)*
- Alif Gandi. (2013).” Pengaruh Latihan Menggunakan Tahanan Karet Dan Pemberat Kaki Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Pada Cabang Olahraga Taekwondo Universitas Pendidikan Indonesia”. Skripsi. Respiratory.upi.edu.
- Dwika Hayu Susanti. (2010). “Pengaruh Modifikasi Latihan Power Menggunakan Karet Terhadap Power Tungkai Atlet Taekwondo UNY”. Skripsi. FIK UNY.
- Ruslan, A. MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TEKNIK DASAR ELAKAN DALAM PENCAK SILAT MELALUI PENGGUNAAN MODIFIKASI ALAT BANTU PEMBELAJARAN PADA SISWA SMP NEGERI 5 BONTANG.
- Sudiana, I. K., dan Sepyanawati, N. L. P., 2017.*Keterampilan Dasar Pencak Silat*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.

Deni Ananzar, dan Johaidah Mistar (2022) *Pengaruh Latihan Modifikasi Karet Ban Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Kota Langsa Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra (JORS) (9-19).*

Yarmani, dan Tono Sugihartono (2019) *PENGARUH LATIHAN KARET BAN TERHADAP KECEPATAN PUKULAN KUMITE GYAKU TZUKI UNTUK ATLET INKANAS KOTA BENGKULU Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani.*

Ahmad Lamusu,2Zulkifli Lamusu (2023) *KEKUATAN OTOT LENGAN DENGAN KECEPATAN PUKULAN GYAKU TSUKI CHUDAN KARATE MAHASISWA Jambura Journal of Sports Coaching.*

Warniati, W., Ilham, I., & Nugraha, U. (2022). Pengembangan Media Pembelajaran Pada Siswa Kelas SMPN 6 Kota Jambi. *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan, 3(4), 435–441.*

<https://dinastirev.org/JIMT/article/view/962>