

DAFTAR PUSTAKA

- Dan, P., Stability, C., Side, D., Hip, L., Dan, A., Crunch, O., & Keseimbangan, T. (2016). Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank dan Side Plank) dan Core Stability Dinamis (Side Lying Hip Abduction dan Oblique Crunch) Terhadap Keseimbangan. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(2), 96–103. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v3i2.6550>
- Kamseno, S., Sujiono, B., & Apriyanto, T. (2016). Upaya Peningkatan Kemampuan Menembak *Air Rifle* 10 Meter Dengan Berlatih Keseimbangan Pada Siswa Latihan Lanjutan Menembak (LLM). *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(2), 75–85.
- Yunita, N. yana. (2020). Hubungan antara strength endurance otot lengan dan keseimbangan pada hasil menembak 10 meter air rifle pada anggota KOP Menembak Universitas Negeri Jakarta.
- Diri, K., Abdi, A., & Keraton, D. (2016). *YOGYAKARTA 2016 i*.
- Indrayana, B., & Yuliawan, E. (2019). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2Max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna Fc Kecamatan Rantau Rasau. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 3(1), 41–50. <https://doi.org/10.21009/jsce.03105>
- Kamseno, S., Sujiono, B., & Apriyanto, T. (2016). Upaya Peningkatan Kemampuan Menembak *Air Rifle* 10 Meter Dengan Berlatih Keseimbangan Pada Siswa Latihan Lanjutan Menembak (LLM). *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(2), 75–85.
- Mononen, K., Kontinen, N., Viitasalo, J., & Era, P. (2007). Relationships between postural balance, rifle stability and shooting accuracy among novice rifle shooters. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 17(2), 180–185. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2006.00549.x>
- Ridho Alfianto, R. A., Sulaiman, I., & Marani, I. N. (2020). Hubungan Daya Tahan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Hasil Menembak *Air Rifle* 10 Meter Pada Klub Olahraga Menembak Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4(2), 83–91. <https://doi.org/10.21009/jsce.04212>
- Kuswahyudi. (2018). Latihan Daya Tahan (Endurance Training).
- Maiti, & Bidinger. (1981). Kebugaran Fisik. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Maksimovic, G. (n.d.). ISSF National Coach Course.

Muslim. (2016). Hubungan Daya Tahan Otot Lengan Terhadap Hasil Tembakan 30 M Pada Atlet Panahan PPLP Dispora Riau Tahun 2016. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, vol 3(10), 1–10.

Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Pendidikan, J., Raga, O., Keolahragaan, F. I., & Yogyakarta, U. N. (2017). Plank exercise.

