

## DAFTAR PUSTAKA

- Pratama, F. A., & Ismalasari, R. (n.d.). *Pengaruh latihan daya tahan otot lengan resistance band dan anggar ( Studi Kasus Pada Atlet Gasta Fencing Club Surabaya ) pengaruh latihan daya tahan otot lengan resistance band dan anggar studi kasus pada atlet gasta fencing club surabaya ).* 1–8.
- Sridadi, & Utama, A. B. (2016). Pengembangan instrumen tes keterampilan dasar bola tangan bagi mahasiswa. *Jurnal pendidikan jasmani indonesia*, 12(2), 110–116.
- Mubarok, L. (2021). Perbandingan latihan resistance dan ladder untuk meningkatkan kecepatan lari pemain futsal SMA N 3 Pemalang. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(2), 204–207. <https://doi.org/10.53869/jpass.v2i2.119>
- Iii, B. A. B., & Penelitian, A. M. (2013). *Muhammad Andri Setiadi, 2013 Pengaruh latihan autogenic relaxation terhadap hasil tembakan 7 meter pada permainan bola tangan universitas pendidikan indonesia / repository.upi.edu / perpustakaan.upi.edu. 2010*, 2013.
- Kuryanto, K. (2015). Hubungan antara daya ledak otot lengan dengan prestasi tolak peluru gaya menyamping pada siswa kelas vi sd negeri 2 suro kecamatan kalibagor banyumas. *Jurnal ilmiah pendidikan dasar*. <http://www.jurnlnasional.ump.ac.id/index.php/Dinamika/article/view/923>
- Hidayat, A., Hardiyono, B., Satria, M. H., & Pratama, R. (2021). Tes dan Pengukuran Kondisi Fisik dan Keterampilan Atlet Bola Tangan Kota Palembang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bina Darma*, 1(1), 57–60. <https://doi.org/10.33557/pengabdian.v1i1.1336>
- Nurhasan. (2019). Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. In *Time* (Vol. 6, Issue 3, p. 198).
- Pratama, F. A., & Ismalasari, R. (n.d.). Pengaruh latihan daya tahan otot lengan resistance band dan anggar ( Studi Kasus Pada Atlet Gasta Fencing Club Surabaya ) Pengaruh latihan daya tahan otot lengan resistance band dan anggar ( Studi Kasus Pada Atlet Gasta Fencing Club Surabaya ). 1–8.
- Pendidikan Kepelatihan olahraga fakultas pendidikan olahraga dan kesehatan, J. (2008). Modul mata kuliah pembinaan kondisi fisik. 1–52.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). Tes dan Pengukuran Olahraga. Tes Dan Pengukuran Olahraga, 261.
- Hasyim & Saharullah. (2019). Dasar-dasar ilmu kepelatihan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).