

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, B. P., Sugiharto, & Soenyoto, T. (2017). Pengaruh Latihan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Power Otot Tungkai. *Journal Of Physical Education And Sports*, 6(1), 7–13. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17315>
- Ahmad Dzaky Nasyyith. (2018). Pola Hidup Sehat Di Pondok Pesantren Bahrul Qur'an Jonggrangan Sumberadi Mlati Sleman E-Journal. *Photosynthetica*, 2(1), 1–13. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-76887-8>  
<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-93594-2>  
<http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3>  
<http://dx.doi.org/10.1016/J.jff.2015.06.018>  
<http://dx.doi.org/10.1038/S41559-019-0877-3>
- Akhmady, A. L. (2021). *Jurnal Pendas : Pendidikan Dasar Page 12 Eissn 2528-7389 Jurnal Pendas : Pendidikan Dasar Page 13*. 3(1), 12–16.
- Amisim, A., Kusen, A. W. S., & Mamosey, W. E. (2020). Persepsi Sakit Dan Sistem Pengobatan Tradisional Dan Modern Pada Orang Amungme (Studi Kasus Di Kecamatan Alama Kabupaten Mimika). *Jurnal Holistik*, 13(1), 1–18. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/holistik/article/view/29521>
- Annisa Lestari Kadiyono, D. H. (2016). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Berwawasan Lingkungan Pada Siswa Sd Desa Cipacing Dan Cilayung - Jatinangor. *Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 5(1), 34–37. <http://journal.dharmakarya.ac.id/article/viewfile/11437/5233a1.unpad.ac.id/>
- Ardiyanto, D., & Mustafa, P. S. (2021). Upaya Mempromosikan Aktivitas Fisik Dan Pendidikan Jasmani Via Sosio-Ekologi. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 5(2), 169–177. [https://doi.org/10.28926/riset\\_konseptual.v5i2.331](https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v5i2.331)
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Armstrong, T., & Bull, F. (2016). Development Of The World Health Organization Global Physical Activity Questionnaire (Gpaq). *Journal Of Public Health*.
- Asep Dedi Paturohman, D. M. I. N. H. (2018). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Ciwiru Kecamatan Dawuan. *Jurnal Ilmiah*, 4(1), 9.
- Basri, H. (2022). *Mewujudkan Kesadaran Masyarakat Desa Cipicung New Normal*. 1(2), 82–91.
- Bentang Yoga Rahmanda. (2020). Pengetahuan Pola Hidup Sehat Siswa Kelas Vii Smpn 1 Gunung Agung Kabupaten Tulang Bawang Barat Provinsi

- Lampung. *Suparyanto Dan Rosad* (2015, 5(3), 248–253.
- Bryantara, O. F. (2017). Factors That Are Associated To Physical Fitness (Vo2 Max) Of Football Athletes. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(2), 237. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i2.2016.237-249>
- Budiara, M., & Yudha, S. (2019). *Analisis Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Siswa Ekstrakurikuler Smpn 12 Makassar. 1.*
- Dartini, N. P. D. ., Suwiwa, I. G., & Spyanawati, L. P. (2017). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas V Sekolah Dasar Gugus Vi Kecamatan Sukasada. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 4(1), 27–37. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/penjakora/article/view/11751/7511>
- Doddy, G., & Ms, T. (2017). *Kecepatan Reaksi , Dan Fleksibilitas. 4(2)*, 46–57.
- Endang Rini Sukanti, M. I. Z. R. B. (2016). Profil Kebugaran Jasmani Dan Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik Di Yogyakarta. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(2), 116313. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v12i2.11875>
- Fadliana, N. (2022). *Hubungan Antara Pola Makan Seimbang Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kab Aceh Barat. 1*, 0–9.
- Fikri, A. (2018). Studi Tentang Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Penjaskes Stkip Pgrl Lubuklinggau. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (Jpjo)*, 1(2), 74–83. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.135>
- Fitri Ananda, A., Damayanti, A., Wahyuni, S., Masyarakat, P. K., & Masyarakat, K. (2021). Edukasi Aktivitas Fisik Yang Dapat Dilakukan Di Rumah Pada Masa Pandemic Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Lppm Umj*, 1(1), 1–4. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/view/11263>
- Ghon Lisdiantoro. (2016). *Gizi Dan Pola Hidup Aktif Untuk Mendukung Prestasi Bulutangkis. 1–11.*
- Gunarsa, S. D., & Wibowo, S. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 09(01), 43–52.
- Hadi, F. K. (2020). Aktivitas Olahraga Bersepeda Masyarakat Di Kabupaten Malang Pada Masa Pandemi Covid-19. *Sport Science And Education Journal*, 1(2), 28–36. <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.777>
- Hadjarati, H. (2013). Survei Kesegaran Jasmani Maba Jalur Snmptn Dan Pmb Lokal Di Pendidikan Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Health And Sport*, 6(1), 1–21. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jhs/article/view/1075>
- Handayani, W. (2018). Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Ketepatan Hasil Servis Forehand. *Wahana Didatik*, 16(2),

256–266.

- Hardiansyah, S. (2018). Kondisi Fisik Adalah Salah Satu Prasarat Yang Sangat Diperlukan Dalam Setiap Usaha Peningkatan Prestasi Seorang Atlet, Bahkan Dapat Dikatakan Dasar Landasan Titik Tolak Suatu Awalan Olahraga Prestasi. *Jurnal Menssana*, 3(1), 117–123.
- Hasibuan, N. (2014). Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Latihan Daya Tahan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 20, 70–77.
- Ilham, M. (2014). Hubungan Konsentrasi Kekuatan Otot Lengan Dan Keseimbangan Tangan Dengan Ketepatan Memanah. *Jurnal Sport Pedagogy*, 4(2), 19–24.
- Imelda, S. I. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Diabetes Melitus Di Puskesmas Harapan Raya Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1), 28–39. <https://doi.org/10.35141/Scj.V8i1.406>
- Indah, V. (2022). Pengaruh Permainan Air Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Anak Usia Dini Di Tpa Tambusai Vigi. 3, 200–212.
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “ Mandiri ” Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), 189–196. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>
- Kibtyah, M. (2017). Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Bagi Korban Pengguna Narkoba. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 35(1), 52–77. <https://doi.org/10.21580/jid.v35.1.1252>
- Kosasi, L., Oenzil, F., & Yanis, A. (2016). The Relationship Of Physical Activity To Hemoglobin Levels In Student Members Of Ukm Pandekar, Andalas University. *Andalas Health Journal*, 3(2), 178–181. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/79>
- Kusnadi, N. (2015). Kontribusi Fleksibilitas Pergelangan Tangan Dan Power Otot Lengan Terhadap Hasil Pukulan Smash Dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal Multilateral*, 14(2), 79–89.
- Lesmana, K. Y. P. (2014). Pentingnya Olahraga Dan Kesehatan Gizi Bagi Keluarga Dan Olahragawan. *Prosiding Seminar Nasional Mipa*, 373–388.
- Mariati, S., Rasyid, W., & Barat, T. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sistem Sirkuit Terhadap Pada Atlet Bolabasket Fik Unp. *Jurnal Menssana*, 3, 28–36. <http://menssana.ppj.unp.ac.id/index.php/jm/article/view/76>
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2016). Survei Kesegaran Jasmani Atlet Bolabasket Plpd Kabupaten Bogor. *Motion*, 7(2), 191–202.
- Nurajab, E., & Hasmarita, S. (2021). Analisis Tingkat Konsentrasi Anak Usia 11-13 Tahun Melalui Aktivitas Fisik Olahraga Renang Analysis Of The Concentration Level Of Children Aged 11-13 Years Through Physical Activity In Swimming Sports. *Journal Of Physical And Outdoor Education*,

3(1), 109–119.

- Permana P, A. P. (2013). Analisis Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sma Putera Kelas X (Study Pada Sma Pgri 1, Sma Negeri 2 Dan 3 Jombang). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–6.
- Prasetyo, A. W. T. J. Dan Y. (2014). *Kebugaran Jasmani Mahasiswa Teknik Otomotif Oleh : Arif Wibowo Tri Junianto Dan Yudik Prasetyo*. Xii(1).
- Purnamasari, A. D., Wahyurin, I. S., & Rahmah, H. A. (2022). Status Aktivitas Fisik Dan Aktivitas Pengalihan Jenuh Mahasiswa Di Banyumas Selama Masa Covid-19. *Physical Activity Journal*, 3(2), 229. <https://doi.org/10.20884/1.Paju.2022.3.2.5726>
- Purnomo, N. T., & Artikel, I. (2013). Pengaruh Circulo Massage Dan Swedia Massage Terhadap Penurunan Kadar Asam Laktat Darah Pada Latihan Anaerob. *Journal Of Physical Education And Sports*, 2(1).
- Rachmania Eka Damayanti, Sri Sumarmi, & Luki Mundiastuti. (2019). Hubungan Durasi Tidur Dengan Kejadian Overweight Dan Obesitas Pada Tenaga Kependidikan Di Lingkungan Kampus C Universitas Airlangga . *Amerta Nutrition*, 3(2), 89–93. <https://doi.org/10.2473/Amnt.V3i2.2019.89-93>
- Safitri, H. I., & Harun, H. (2020). Membiasakan Pola Hidup Sehat Dan Bersih Pada Anak Usia Dini Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 385. <https://doi.org/10.31004/obsesi.V5i1.542>
- Santoso, D. A. R. I. (2016). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Bolavoli Putri Universitas Pgri Banyuwangi. *Kejora*, 1(1), 37–46.
- Setiawan, D., Rusmiati, P., & Alsaudi, A. T. B. D. (2020). Tingkat Pemahaman Siswa Kelas Vii Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal.Stkipkusumanegara.Ac.Id*, 104–113. <http://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/semnara2020/article/view/773>
- Sipayung, M., Wahjuni, C. U., & ... (2014). Pengaruh Lingkungan Biologi Dan Upaya Pelayanan Kesehatan Terhadap Kejadian Filariasis Limfatik Di Kabupaten Sarmi. *Jurnal Berkala ...*, 263–273. [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=358906&val=7403&title=Environment Biological And Health Care Efforts Influenced Of Lymfatic Filariasis Incidence Sarmi Distric](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=358906&val=7403&title=Environment%20Biological%20And%20Health%20Care%20Efforts%20Influenced%20Of%20Lymfatic%20Filariasis%20Incidence%20Sarmi%20Distric)
- Sitanggang, N. (2018). *Studi Karakteristik Siswa Slta Di Kota Medan*. 6(2), 185–196.
- Sudarsono, S. (2015). Penyusunan Program Pelatihan Berbeban Untuk Meningkatkan Kekuatan. *Ilmiah Spirit*, 12(1), 31–43.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*. Alfabeta.



- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*. Alfabeta.
- Supriadi, A. (2015). Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Keterampilan Menggiirng Bola Pada Permainan Sepakbola. *Universitas Negeri Medan*.
- Supriady, Irfan, & Hasyim. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Keseimbangan, Dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Menendang Bola. *Jurnal Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar*, 712(3), 1–8.
- Tri Hardi Septiawan\*, O. W. (2022). Perbandingan Hasil Tes Kondisi Fisik Atlit Hockey Indoor Tahun 2019 Dan 2020 Koni Kabupaten Probolinggo. *Unesa*, 12–20.

