

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2015). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Aswaja Pressindo*.
- Akmal, D. K., Zarwan, Arsil, & Emral. (2019). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Keseimbangan dengan Kemampuan Tendangan Sabit Pencak Silat. *JPDO: Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 2(2), 19–24. <http://jpdo.ppj.unp.ac.id/index.php/jpdo/article/view/240>
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat. *Panggung*, 29(3). <https://doi.org/10.26742/panggung.v29i3.1014>
- Guntur Sutopo, W., & Misno. (2021). Analisis Kecepatan Tendangan Sabit Pada Pesilat Remaja Perguruan Pencak Silat Tri Guna Sakti Di Kabupaten Kebumen Tahun 2020. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 27–34. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i01.131>
- Johansyah, L., & Wardoyo, H. (2016). PENCAK SILAT edisi ketiga. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 3, Issue August).
- Kuswantokho, W. (2020). Hubungan Antara Kekuatan Otot Perut, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Sendi Panggul Dengan Kecepatan Tendangan Sabit Hati Terate Rayon Patranrejo Tahun 2020. i–13.
- Manullang, J. G. (2017). Hubungan Kelentukan Sendi Panggul Dengan Kemampuan Tendangan Mawashi Geri Dalam Olahraga Beladiri Karate Di Sma Fitra Abdi Palembang. *Jurnal Prestasi*, 1(2). <https://doi.org/10.24114/jp.v1i2.8066>
- Nasufi, M. (2015). Hubungan Kelentukan Dengan Kemampuan Kecepatan Tendangan Sabit Pada Atlet Pencak Silat Binaan Dispora Aceh (Pplp Dan Diklat) Tahun 2015. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(1), 35–46.
- Oktariana, D., & Hardiyono, B. (2020). Pengaruh Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Hasil Smash Bola Voli Pada Siswa SMK Negeri 3 Palembang. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 13–24. <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.82>
- Ridwan, M., & Sumanto, A. (2018). Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(01), 69–81. <https://doi.org/10.24036/jpo67019>
- Sedanius, E., Sazeli Rifki, M., & Komaini, A. (2019). TES DAN PENGUKURAN OLAHRAGA. In *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar* (Vol. 1, Issue August).
- Sugiyono. (2018). Buku Metode Penelitian. In *Metode Penelitian*.

Wahyuni, S., & Donie. (2020). VO2Max, Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Kelentukan Untuk Kebutuhan Kondisi Fisik Aatlet Taekwondo Sovia. *Kondisi Fisik*, 2, 1–13.

Zulkifli. (2015). Pengaruh Keseimbangan, Kelentukan Sendi Panggul dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Sepak Mula Atas Sepaktakraw. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 14(2), 129–142. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/multilateralpjk/article/view/2476/2177>

