

DAFTAR PUSTAKA

- Amjad, & Mega, S. (2016). *Teori dan Praktek Pencak Silat*. IKIP Budi Utomo Malang. www.nulisbuku.com
- Anonim. (2021). Pekan Olahraga Pelajar Nasional. In *Universitas Stekom*. Semarang. Universitas Stekom. https://p2k.stekom.ac.id/ensiklopedia/Pekan_Olahraga_Pelajar_Nasional
- Bafirman, & Sujana W, A. (2019). *pemberntukan kondisi fisik* (1st ed.). Depok. PT. RajaGrafindo Persada.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). Periodization: theory and methodology for training. In *Fifth Edition. United States of America: Human Kinetics* (5th ed.). Human Kinetics.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Universitas Negeri Malang. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Candra Juli. (2021). *Pencak Silat*. Yogyakarta. CV. Budi Utama.
- Dewi, I. R. D., Ramadi, & Agust, K. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan T pada Siswa Perguruan Silat Walet Puti Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 3(2), 1–12.
- Giriwijoyo, Y. S. S., Ichsan, M., Harsono, Setiawan, I., & K. Wiramihardja, K. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung. ITB.
- Hambali, S., Sundara, C., & Meirizal, Y. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pplp Jawa Barat. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 74–82. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8217>
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik untuk Atlet Sehat Aktif* (P. Latifah (ed.); 1st ed.). Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.
- Hendarsin, F. (2022a). (*speed – agility – quickness*) (Issue 2004, pp. 1–38). PPMP Penataran pelatih.
- Hendarsin, F. (2022b). *Daya Tahan* (pp. 1–39). PPMP Penataran pelatih.
- Hendarsin, F. (2022c). *Kekuatan / Strength* (pp. 1–55). PPMP Penataran pelatih.
- Hidayat, S. (2014). *Pelatihan Olahraga Teori dan Metodologi* (1st ed.). Graha Ilmu.
- Hikmawati, F. (2020). *Metodologi Penelitian* (1st ed.). Depok. PT. RajaGrafindo Persada.

- Kemdikbud. (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring*. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/>
- Kemenpora RI. (2023). *Menpora Dito Bersama Gubernur Sumsel Resmi Buka POPNAS XVI Tahun 2023 Palembang*. <https://www.kemenpora.go.id/detail/4133/menpora-dito-bersama-gubernur-sumsel-resmi-buka-popnas-xvi-tahun-2023-palembang>
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat* (1st ed.). Yogyakarta. Pustaka Baru Press.
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2016). *Pencak Silat edisi Ketiga* (3rd ed.). Depok. PT. RajaGrafindo Persada. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Mackenzie, B. (2008). *101 Tests D'Évaluations* (B. Mackenzie (ed.)). London. Electronic Word plc.
- McGuigan, M. (2016). *Essential of strength training and conditioning* (4th ed., Vol. 4). United States of America. Human Kinetics.
- Mintarto, E. (2019). *Komponen Biomotor Olahraga* (E. S. Kriswanto (ed.); 1st ed.). Yogyakarta. Samudra Biru.
- Mizanudin, M., Sugiyanto, A., & Saryanto. (2018). Pencak Silat Sebagai Hasil Budaya Indonesia. *Prosiding SENASBASA*, 3(2599–0519), 264–270.
- Muchlisin Natas Pasaribu, A. (2020). Tes dan Pengukuran Olahraga. In A. Rahman (Ed.), *Tes dan Pengukuran Olahraga* (1st ed.). Banten. Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2019). *Ilmu Kepelatihan Dasar* (2nd ed.). Bandung. CV. Alfabeta.
- Ngatman, & Dwi Andriyani, F. (2017). *Tes dan Pengukuran untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga* (M. Fadhillah (ed.); 1st ed.). Yogyakarta. Fadilatama.
- Nur Hidayat, E., & Jatmiko, T. (2021). *Profil Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Pencak Organisasi Tim Kecamatan Soko Kategori Tunggal, Ganda dan Regu Putra*. 66–74.
- Oxford Learner's Dictionaries*. (2023). Oxford University Press. https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/profile_1?q=profile
- PB IPSI. (n.d.). *Peraturan Pertandingan_2016*.
- PB IPSI. (2022). *Peraturan Pertandingan Pencak Silat 2022* (Issue November).
- PB IPSI. (2023). *Peraturan Pertandingan Pra Usia Dini, Usia Dini 1, Usia Dini 2, Pra Remaja & Remaja Tahun 2023* (p. 19). PB IPSI.
- Persilat. (2021). *Peraturan Pertandingan 2021*.

- PP. BAPOPSI. (2023). *Pedoman teknis (technical handbook) POPNAS XVI Sumsel tahun 2023* (pp. 1–14).
- Pujianto, A. (2015). Profil Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Tenis Meja Usia Dini Di Kota Semarang. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 2(1), 38–42.
- Rachman, J. B., Adityani, S., Suryadipura, D., Utama, B. P., Sutantri, S. C., Novalini, M. R., & Padjadjaran, U. (2021). Sosialisasi Pelestarian Pencak Silat Sebagai Warisan Budaya dan Soft Power Indonesia. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 17(2), 207–219.
- Riyadi, S. (2017). *Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan terhadap Power Otot Tungkai (Studi Eksperimen Latihan Berbeban dan Pliometrik pada Mahasiswa Jurusan ... Universitas Sebelas Maret Surakarta*.
- Rohman, U., & Effendi, M. Y. (2019). Profil kondisi fisik atlet PPLP pencak silat Jawa Timur. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 3(2), 112–121. http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpehr_
- Sin, T. H. (2020). *Pengantar Ilmu Melatih* (1st ed.). Jakarta. Ikatan Konselor Indonesia (IKI).
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (Ayup (Ed.); Issue 1). Yogyakarta. Literasi Media Publishing.
- Subarjah, H. (2013). Latihan Kondisi Fisik. *Educacion*, 53(9), 266–276.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (1st ed.). Bandung. CV. Alfabeta.
- Sukarno. (2020). *Pencak Silat Is Power* (N. Firdauzi & K. Wazis (Eds.)). Surabaya. Buku Pena Salsabila.
- Sumselprov. (2023). *POPNAS XVI Sumatera Selatan 2023*. <https://popnassumsel2023.id/>
- Syahrum, & Salim. (2012). *Metodologi penelitian kuantitatif* (R. Ananda (Ed.)). Bandung. Citapustaka Media.
- Wardoyo, H. (2017). Profil Kondisi Fisik Tim Nasional Pencak Silat Indonesia 2017. *Prosiding Seminar FIK UNJ*, 2(1), 111–116.
- Widiastuti. (2015). *Tes Pengukuran Olahraga* (p. 221). Depok. PT. RajaGrafindo Persada.
- Yonda, O., & Miftakhudin, H. (2023). Pelatihan Tes Dan Pengukuran Profil Fisik Atlet Junior Tenis Wilayah Dki Jakarta Tahun 2023. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat, 2023, 2023*. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/snppm>

Zafar Sidik, D., L. Pesurnat, P., & Afari, L. (2019). *Pelatihan Kondisi Fisik* (Nita (Ed.); 1st ed.). Bandung. PT. Remaja Rosdakarya.

Zulfikar, F. (2021). *Pencak Silat Berasal dari mana? Ini Pengertian, Sejarah dan Teknik Dasarnya*. Detik.Com. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-5597284/pencak-silat-berasal-dari-mana-ini-pengertian-sejarah-dan-teknik-dasarnya>

