

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Azhari, M. Y., Sujiono, B., & Widyonarto, R. (2017). Hubungan Kecepatan Lari Dan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lompat Jauh Gaya Menggantong Pada Mahasiswa Kuliah Olahraga Prestasi Atletik Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1(2), 38–51. <https://doi.org/10.21009/jsce.01204>
- Budiara, M., & Yudha, S. (2019). *Analisis Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Siswa Ekstrakurikuler SMPN 12 Makassar. 1.*
- Faisal, I. (2019). *Pengaruh Kecepatan, Kelincahan dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Pemain Sepakbola Peserta Didik SMPN 3 Watansoppeng.*
- Haryanto, A. I., & Fataha, I. (2021). Korelasi Panjang Tungkai, Power Otot Tungkai Dan Kecepatan Lari Dengan Hasil Lompat Jauh. *Jambura Health and Sport Journal*, 3(1), 42–50. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v3i1.9890>
- Hermawan, I., & Tarsono, T. (2017). Hubungan Bentuk Telapak Kaki, Panjang Tungkai Dengan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Atlet Kids Athletics Putri 11-14 Tahun Rawamangun. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 1(2), 25. <https://doi.org/10.24114/pjkr.v1i2.7564>
- IAAF. (2001). Pendidikan Pelatih dan Sertifikasi level II Lompat : RDC JAKARTA.
- IAAF. (2006-2007). Peraturan Lomba Atletik Jakarta: PB PASI.
- Ilmiyanto, F., & Budiwanto, S. (2017). Perbedaan Pengaruh antara Metode Latihan Fartlek dan Metode Latihan Continuous Tempo Running Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskuler Peserta Latihan Lari Jarak Jauh. *Indonesia Performance Journal*, 1(2), 91–97. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko>
- Indra, G., & Lumintuarso, R. (2014). Peningkatan Hasil Pembelajaran Lari *Sprint* 60 Meter Melalui Metode Permainan Sdn 009 Teluk Pelalawan. *Jurnal Keolahragaan*, 2(2), 155–169. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.2611>
- Jeklin, A. (2016). 濟無No Title No Title No Title. 3(July), 1–23.
- Maelani, W., & Sukriadi, S. (2020). Model Pembelajaran Gerak Dasar Lari Berbasis Permainan Tematik Pada Siswa Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Adaptif*, 02(03), 41–52.

<https://doi.org/10.21009/jpja.v3i02.15759>

- Muis, J. (2016). Interaksi Metode Latihan Dan Kecepatan Reaksi Terhadap Kemampuan Pukulan Atlet Tinju Kategori Youth. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, VI, 77–81. <https://ojs.unm.ac.id/index.php/pubpend/article/viewFile/1831/841>
- Ni Putu Trisna Damayanti, Anak Ayu Nyoman Trisna Narta Dewi, I Wayan Sugiritama, I. M. M. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan Lari Pada Pemain Basket Sma. *Original Article*, 9(1), 6–12.
- Novianti, D., Marsiyem, M., & Destriana, D. (2019). Latihan Lari Zig – Zag Terhadap Kecepatan Dribbling Dalam Permainan Bola Basket. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 6(2), 102–107. <https://doi.org/10.36706/altius.v6i2.8043>
- Oktriadi, A., Triansyah, A., & Hidasari, F. P. (n.d.). PENGARUH VISUAL AUDITORY KINESTETHIC TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JANGKIT. *Jurnal Pendidikan Dan ...* <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/39933>
- Pratiwi, Y., Khotimah, K., & ... (2024). PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI VARIASI PERMAINAN GERAK LOKOMOTOR LOMPAT BERBASIS BLENDED LEARNING SEKOLAH DASAR. *Jurnal Kejaora* <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/kejaora/article/view/2480>
- Ridwan, M., & Sumanto, A. (2017). Daya Ledak Otot Tungkai, Kecepatan Dan Kelentukan Dengan Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(01), 69–81. <https://doi.org/10.24036/jpo67019>
- Rizhardi, R. (2017). Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dribbling Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di Smp Kartika 1-7 Padang. *Wahana Didaktika*, 15(2), 111–122.
- Sabatini, D. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecepatan, Kekuatan, Dan Daya Ledak Terhadap Tendangan Pada Atlet Taekwondo. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 85–95. <https://doi.org/10.31571/jpo.v8i2.1120>
- Said, H. (2012). Peran Interval *Sprint*, Akselerasi *Sprint*, Hollow *Sprint* Terhadap Peningkatan Kecepatan Siswa Sekolah Sepakbola Gorontalo. *Inovasi*, 9(1), 1–8.
- Simonyi, G. 2004. Triple *Jumping* with A Double-arm Swing. Berlin: IAAF New Studies in Athletics. Volume Nineteen Issue Number 4. December 2004.143. <http://kamarudin05.blogspot.com/2012/11/teknik-lompat-jangkit.html>
- SUDARSONO, S. (2015). Penyusunan Program Pelatihan Berbeban Untuk Meningkatkan Kekuatan. *Ilmiah SPIRIT*, 12(1), 31–43.
- Sulistiyanto, & Purwanto, H. (2013). Kemampuan Senam Loncat Harimau Siswa

Putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(April), 47–52.

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.

Turi, M., & Wulandari, F. Y. (2021). Analisis Hasil Tes Kondisi fisik Atlet Lompat Jangkit (*Triple Jump*) TC Khusus Jatim Tahun 2019 dan Tahun 2020. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/39364>

Utami, W., & Indraswari, D. (2016). Perbandingan Pengaruh Lari Rutin Dengan Lari Rutin Ditambah Latihan Otot Inti Terhadap Persentase Lemak Dan Massa Tulang Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Undip. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 5(4), 1886–1893.

Widiastuti, D. (2015). *TES DAN PENGUKURAN OLAHRAGA* (1st ed.). PT RAJAGRAFINDO PERSADA.

Yadikha, F. P. (2024). Kontribusi Explosive Power Otot Tungkai Dan Kecepatan Lari Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah I Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*.
<http://jurnal.minartis.com/index.php/jpst/article/view/1517>

Yani, A., & Hasri, R. (2020). Hubungan Panjang Tungkai Dengan Kecepatan Lari 60 Meter Siswa Sekolah Dasar. *Physical Activity Journal*, 1(2), 115.
<https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2423>

Yani, F. A. (2022). UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK DENGAN MODIFIKASI ALAT BANTU PEMBELAJARAN PENDIDIKAN
Jurnal Ilmiah Spirit.
<http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/2198>