

DAFTAR PUSTAKA

- Adiesta, R. (2017). Pengaruh Penggunaan Metode Bagian (Part Method) Terhadap Hasil Keterampilan Dribble dan Shooting Per Menit Bola Basket (Studi Pada Peserta Didik Kelas XI MIPA 4 di SMA Negeri 4 Sidoarjo Tahun Ajaran 2016/2017). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5(3), 483-489
- Akuthota, V., Ferreiro, A., Moore, T., & Fredericson, M. (2008). Core Stability Exercise Principles. *Current Sports Medicine Reports*, 7(1), 39-44.
- Afriansyah. (2014). *Penambahan Core Stability Exercise Pada Lari Zig-Zag Lebih Meningkatkan Agility Pada Pemain Futsal*.
[https://Digilib.Esaunggul.Ac.Id/Penambahan-Core-Stability-Exercise-Pada- Lari-Zigzag-Lebih-Meningkatkan-Agility-Pada-Pemain-Futsal-2208.Html](https://digilib.esaunggul.ac.id/penambahan-core-stability-exercise-pada-lari-zigzag-lebih-meningkatkan-agility-pada-pemain-futsal-2208.html)
- Aji Pradana, Akhmad. 2013. "Kontribusi Tinggi Badan, Berat Badan, Dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Lari Cepat (Sprint) 100 Meter Putra (Studi Pada Mahasiswa Ikor Angkatan 2010 Universitas Negeri Surabaya)." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 1 (1): 1-5.
- Baskoro, D. A. (2016). Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Vo2 Max Dan Persepsi Kinestetik Terhadap Akurasi Tembakan Jarak 50 Meter. *Doaj (Doaj: Directory Of Open Access Journals)*.
- Bores-garcía, D., Hortigüela-alcalá, D., Fernandez-rio, F. J., González-calvo, G., Barba-martín, R., Hortigüela-alcalá, D., ... Fernandez-rio, F. J. (2021). *Research Quarterly for Exercise and Sport Research* on
- Chróinín, D. N., Fletcher, T., Sullivan, M. O., Ní, D., Fletcher, T., & Pedagogical, M. O. S. (2018). Pedagogical principles of learning to teach meaningful physical education, 8989. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1342789>

- Casey, A., & Quennerstedt, M. (2020). Cooperative learning in physical education encountering Dewey ' s educational theory, 26(4), 1023–1037. <https://doi.org/10.1177/1356336X20904075>
- Dartija, D. (2014). Analisis Pembinaan Atlet Renang Pada Pengurus Propinsi Dan Pengurus Cabang Persatuan Renang Seluruh Indonesia (Prsi) Se-Aceh Tahun 2013. *Jurnal Penjaskesrek*, 1(2), 1–10.
- Erdo, R. (2021). Determination of Physical Education and Sports Teachers ' Nutrition Habits and Physical Activity Levels in the Global Epidemic (Covid-19) Process, 7(1), 51–59. <https://doi.org/10.20448/journal.522.2021.71.51.59>
- Festiawan, R., & Arovah, N. I. (2020). Pengembangan —Buku Saku Pintar Gizil untuk siswa SMP: alternatif media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan gizi olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2), 188-201.
- González-calvo, G., & Varea, V. (2020). Touchless classes and absent bodies : teaching physical education in times of Covid-19 in times of Covid-19. *Sport, Education and Society*, 0(0), 1–15. <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1791814>
- Hammi, M. (2018). Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Untuk Meningkatkan Kelincahan Pada Pemain Futsal Pasca Cidera Sprain Ankle Di Atro Citra Bangsa Yogyakarta. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Heri Purwanto. 2017. Peranan Kecepatan Lari, Kekuatan Otot Tungkai, Panjangn Tungkai. Pada Prestasi Lompat Jauh. *Jurnal Olahraga Prestasi*. FIK UNY. Yogyakarta.
- Hidayat. 2019. Hubungan Panjang Tungkai, Power Tungkai dengan Tendangan Jauh (Long Pass). (Skripsi). UPI. Bandung.
- Hibbs, A. E; Thompson, K. G; French, D; Wrigley, A; & Spears, I. (2008). Optimizing performance by improving core stability and core strength. *Sport Med*, vol. 38, no. 12, pp. 995-1008.

Hodges, P; Kaigle Holm; Holm, S; Ekstrom, L; Cresswell, A; Hansson, T; Thorstensson, A. (2019). Intervertebral stiffness of the spine is increased by evoked contraction of transversus abdominus and the diaphragm: in vivo porcine studies. *Spine*, vol. 28, no. 23, pp. 2594-2601.

Huldani, Achmad, H., Arsyad, A., Putra, A. P., Sukmana, B. I., Adiputro, D. L., & Kasab, J. (2020). Differences in VO₂max based on age, gender, hemoglobin levels, and leukocyte counts in Hajj prospective pilgrims in Hulu Sungai Tengah Regency, South Kalimantan. *Systematic Reviews in Pharmacy*. <https://doi.org/10.31838/srp.2020.4.03>

Indrayana, I. & Yuliawan, E. (2019). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan VO₂max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna FC Kecamatan Rantau Rasau. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education*, 1(1), 41-50. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jsce/article/view/10314>

Jatmika, H. M., Hariono, A., Purwanto, J., & Setiawan, C. (2017). Analisis kebutuhan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pasca program guru pembelajar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12 (1), 1-11.

Javier, F., Lucena, H., Cabrera, A. F., Manuel, J., Torres, T., & Pozo, S. (2020). Academic Effects of the Use of Flipped Learning in Physical Education.

Maulana, A. A. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Panjang Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Menendang Bola Pada Permainan Sepakbola Murid Sd Negeri Sungguminasa Iv Kabupaten Gowa. Universitas Negeri Makassar.

Kent, C. (2012). *The end of the "neutral pelvis" – Part. [cited 2015 Des. 22]*.

Kibler, W. B., Press, J. M., & Sciascia, A. (2006). The Role Of Core Stability In Athletic Function. *Sports Medicine*, 36(3), 189–198. <https://doi.org/10.2165/00007256-200636030-00001>

- Lawrence, M (2011) *Guide to Core Stability* in bloomsburry.
- Lekarskie, W., Oryginalna, P., Opanasiuk, F. H., Griban, G. P., Yahodzinskyi, V. P., Mozolev, O. M.,
- Norris, C. M. (1999). Functional Load Abdominal Training: Part 2. *Journal OfBodywork And Movement Therapies*, 3(4), 208–214.
- Nesra Barus, J. B. (2020). Tingkat Daya Tahan Aerobik (Vo2Max) Siswa Ekstrakurikuler Gulat Di Sma Negeri 1 Barusjahe Kabupaten Karo. *Kinestetik*, 4(1), 108–116.
<https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10649>
- Putri, C. O. (2018). Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan, Dan Kelentukan Togok Dengan Kemampuan Smash Dalam Permainan Bolavoli Siswa Putri Kelas Xi Ips Sma Negeri 6 Kediri Tahun Pelajaran 2017/2018. *Journal Simki-Techsain*, 2(6).
- Putri, Widodo, S, & Aji, R.M.S. (2019). Hubungan panjang tungkai dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari 60 Meter (Studi Pada Pemain Sepak Bola Diklat Diponegoro Muda PS UNDIP). *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, Volume 8, Nomor 1
- Pawlowski, C. S., & Skovgaard, T. (2020). Physical activity in the classroom : Using RE-AIM to evaluate a national school reform – a mixed methods study, 1–20.
- Prasetyo, A. F., Amung, & Budiana, D. (2018). Training Method Eksperiment and Motor Ability towards Playing Futsal Ability, 2(229), 87–91.
- Riduwan. (2021). *Path Analysis (Analisis Jalur)*. Alfabeta
- Rudiyanto, R., Waluyo, M., & Sugiharto, S. (2012). Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Dan Panjang Tungkai Dengan Kelincahan. *Journal Of Sport Science And Fitness*, 1(2).
- Saputra, Y. (2019). Pengaruh Latihan *Core Stability* Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Bulutangkis Di Pb Persada Kulon Progo. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Salman, E. (2018). Kontribusi VO2 Max Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(2), 21-31. <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JPJO/article/view/133>
- Sholikin, T., & Wirawan, O. (2019). S1 Pendidikan Kepelatihan Olahraga , Fakultas Ilmu Olahraga , Universitas Negeri Surabaya Teguhsholikin@mhs.unesa.ac.id. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 082(1), 2.
- Sukdee, T., & Chankuna, D. (2021). Factors Influencing Adjustment in Physical Education and Sports Learning after the COVID-19 Pandemic among Students
- Sidik, D. Z., Pesurnay, P. L., & Afari, L. (2019). Pelatihan Kondisi Fisik. *Pt Remaja Rosdakarya*. https://ELib.Smkn1ciamis.Id/Index.Php?P=Show_Detail&Id=7670
- Sugiyono. (2013) metode penelitian kuantitatif,kualitatif dan R&D CV.Afabeta. Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : ALFABETA.
- Sukendro, S., & Ihsan, M. (2018). *Identifikasi Bakat Cabang Olahraga Dengan Metode Sport Search Pada Ektrakurikuler Sepakbola Smp Negeri 16 Kota Jambi. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 14(1), 46-63.
- Supriyadi, T., Pendidikan, U., & Kampus, I. (2020). Strengthening National Character Education through Physical Education : An Action Research in Indonesia Strengthening National Character Education through Physical Education : An Action Research in Indonesia, (November 2019). <https://doi.org/10.26803/ijlter.18.11.8>
- Tınazcı, C. (2011). Shooting Dynamics In Archery: A Multidimensional Analysis From Drawing To Releasing In Male Archers. *Procedia Engineering*, 13, 290– 296. <https://doi.org/10.1016/J.Proeng.2011.05.087>

Toan, P. D. (2020). Current state of teaching and learning basketball for non-physical education major students of bac NINH sports university, 7(4), 20–23

Thompson, K.G. Optimizing Performance by Improving Core Stability and Core Strength. *Sports Med.* 2008;38 (12):995-1008

Uliyandari, A. (2009). *Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Perubahan Nilai Konsumsi Oksigen Maksimal (Vo2max) Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 11-13 Tahun.* [Http://Eprints.Undip.Ac.Id/8090/](http://Eprints.Undip.Ac.Id/8090/)

Warsono, O. D. Y. H., Widodo, S., & Kumaidah, E. (2017). Perbandingan Nilai Vo2max Dan Denyut Nadi Latihan Pada Pemain Futsal Dengan Pemain Sepak bola

Warsito. 2001. Hubungan Panjang Tungkai dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Hasil Lari 100 Meter pada Siswa Putera Sekolah Dasar Negeri Kelas VI di Kecamatan Pekalongan Timur Kota Pekalongan Tahun Pelajaran 2000/2001. Semarang : UNNES.

Watulingas, I. (2013). Pengaruh Latihan Fisik Aerobik Terhadap Vo2 Max Pada Mahasiswa Pria Dengan Berat Badan Lebih (Overweight). *Ebiomedik*, 1(2).

Wijayanto, E. Z. (2012). Pengaruh Pembelajaran Permainan Bola Besar Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani. *Active: Journal Of Physical Education, Sport, Health And Recreation*, 1(1). <https://doi.org/10.15294/Active.V1i1.264>

Wisnuaji, A. P., Doewes, M., & Siswandari, S. (2017). The Differences Of The Effects On Vo2max-Based Recovery Method Of Post-Anaerobic Interval Training To Lactic Acid Levels. *European Journal Of Physical Education And Sport Science.* <https://oapub.org/edu/index.php/Ejep/article/view/627>

Zulfiyani L. 2015 Persep Atlet Terhadap Tingkat Kelelahan Pada Multistage Fitness Test Yo-Yo Intermitted Recovery Di Tim Basket Putra Sma Negeri 4 Yogyakarta Universitas Negeri Yogyakarta.