

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda A. (2014). *Perbandingan Metode Latihan Zig-Zag Run Dan Envelope Run Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Dalam Permainan Sepakbola*.
- Arifin, R., & Warni, H. (2018). Model Latihan Kelincahan Sepakbola. *Model latihan kelincahan sepakbola*, 17(2).
- Brown, L., & Ferrigno, V. (Eds.). (2014). *Training for Speed, Agility, and Quickness, 3E. Human Kinetics*.
- Bahtra, R. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepakbola*.
- Bompa & Buzzichelli. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of Training*.
- Budiwanto, S. (2017). Metode Statistika Untuk Mengolah Data Keolahragaan. *Metode Statistika*, 1-233.
- Danurwinda, Putera, G., Sidik, B., & Prahara, J. L. (2017). Kurikulum Pembinaan Sepak Bola Indonesia. 166.
- Data, D. N. H. (2021). Efektifitas Latihan *Nebraska Agility Drill* Dan *Shuttle Run* Untuk Meningkatkan Kelincahan *Dribble* Dalam Permainan Sepakbola Pada SSB Putra Rayung Kususma. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(2), 195-203.
- Diputra, R. (2015). Pengaruh Latihan *Three Cone Drill*, *Four Cone Drill*, Dan *Five Cone Drill* Terhadap Kelincahan (*Agility*) Dan Kecepatan (*Speed*). *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 41-59.
- Duan, C., Kim, Y., & Park, Y. (2024). *Effects of Speed-Agility-Quickness Training and Sprint Interval Training on Physiological and Physical Performance, and Sports Enjoyment in Young Soccer Players*. *Journal of Men's Health*, 20(7), 59–69.
- Effendy, A. R., Fallo, I. S., & Ding, O. (2022). Pengaruh Metode *Drill* Terhadap *Passing Kaki Bagian Dalam* Pada Permainan Sepak Bola Siswa Ekstrakurikuler. *Journal Sport Academy*, 1(1), 47-59.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga, Teori Dan Metodologi*. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- HB, D. B., & Wahyuri, D. A. S. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*.

- Hasruddin, H. (2022). Pengaruh Latihan *Obstacle Run* Dan *Nebraska Agility Drill* Terhadap Kelincahan Pemain Sepak Bola Club SOBP Barito Putra KOTABARU 2022. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 9(1), 1-10.
- Irawan, A., & Fitranto, N. (2020). Profil Kondisi Fisik Tim Futsal Liga Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta 2019. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4(2), 72-82.
- Khanifa, A., & Aktifah, N. (2023, January). Pengaruh Kombinasi *Core Stability Exercise* Dan *Cone Drill Exercise* Terhadap Peningkatan *Agility* Pemain Sepak Bola. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 83-89).
- Krolo, A., Gilic, B., Foretic, N., Pojskic, H., Hammami, R., Spasic, M., Uljevic, O., Versic, S., & Sekulic, D. (2020). *Agility Testing in Youth Football (Soccer) Players; Evaluating Reliability, Validity, and Correlates of Newly Developed Testing Protocols*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1).
- Lubis, J. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Maliki, O., Hadi, H., Royana, I. F., & Setyawan, D. A. (2017). Analisis Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Klub Persepu Upgris Tahun 2016. *Jendela Olahraga*, 2(2).
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga).
- Neviantoko, G. Y., Mintarto, E., & Wiriawan, O. (2020). Pengaruh Latihan *Five Cone Snake Drill*, *V-Drill* Dan *Lateral Two in The Hole*, in *Out Shuffle* Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 19(2), 154-163.
- Pacheco, B. (2016). *Effects of a 10-Week Periodized Resistance-Training Program on Speed-Performance Variables in Male High-School Athletes*. *Undergraduate Review*, 12(1), 98-106.
- Prayoga, N. A., Ali, M., & Yanto, A. H. (2022). Pengaruh Latihan Variasi Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Pemain SSB. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(2), 119-132.
- Purnomo, M. R., & Sukanti, E. R. (2019). Pengaruh Metode Latihan Melalui Pendekatan Holistik Terhadap Peningkatan Kemampuan Aerobik Pemain UKM Sepakbola UNY *The Influence Of Exercise Method Through A Holistic Approach Towards Improvement Of The Aerobic Performers Ability On Football Student Activity Unit Of UNY*.

- Putra, R. A., Agus, A., Bahtra, R., Kurniawan, R., Makadada, F. A., Perdana, G. S., & Jean-Berchmans, B. (2024). *The Effect of Combination of Cone Drill (Zig-zag) with Core Stability, Combination of Ladder Drill (Snake Jump) with Core Stability, and Speed on Agility of Futsal Players: A Factorial Experimental Design*. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 58.
- Putra, S., Emral, E., Arsil, A., & Sin, T. H. (2023). Konsep Model Latihan Fisik Pada Sepakbola. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 974-985.
- Ruslan, R., Mile, S., & Sangadji, F. (2021). *Zig-Zag Running Exercises For Ball Drill Skills*. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(1), 33-38.
- Saharullah, D. R., Iskandar, N. A., & Wahyuddin, W. (2021). Pengaruh Latihan Agility Ladder Exercise Dan Nebraska Agility Drill Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Pada Pemain Club Sepakbola Bolivia Kabupaten Enrekang. In Seminar Nasional Hasil Penelitian 2021 “Penguatan Riset, Inovasi, dan Kreativitas Peneliti di Era Pandemi Covid-19” ISBN: (pp. 83-91).
- Santoso, D. R., & Kurniawati, D. (2016). *Pengaruh Latihan Shuttle Run Dan Nebraska Agility Drill Terhadap Kelincahan Pada Pemain Sepakbola di Pusat Latihan Sepakbola Salatiga* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Saputra, D. (2020). Analisis Program Latihan Sepak Bola Sekolah Sepak Bola Sekundang Di Kabupaten Bengkulu Kepahiang. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(03), 121-124.
- Santoso, M. A. A., Yunus, M., Andiana, O., & Raharjo, S. (2023). Pengaruh Latihan Cone Drill Dan Ladder Drill Terhadap Kelincahan Pada Pemain Sepakbola Tulusrejo FC U-15. *Sport Science and Health*, 5(4), 413-420.
- Sukendra, I. K., & Atmaja, I. (2020). Instrumen Penelitian.
- S.Scheunemann, T. (2021). *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak Bola Indonesia*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Wihantono, R. H., Pradipta, G. D., & Widiyatmoko, F. A. (2020). Pengaruh Latihan Nebraska Agility Drill Terhadap Kelincahan Dribble Sepakbola. *Jendela Olahraga*, 5(2), 168-171.
- Yusuf, M. Z., Rumini, R., & Setyawati, H. (2022). *The Effect of Agility and Balance Training on Dribbling Speed in Soccer Games*. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(1), 125-133.