

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Pers.
- Irawan, A. (2021). *Indonesia futsal coaching manual*. Deepublish.
- Amarta, R., & Nugroho, R. A. (2022). Hubungan Speed Dan Agility Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Ekstrakurikuler Futsal. *Journal Of Physical Education*, 3(1), 17-21.
- Apta MyIsdayu, Febi Kurniawan (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta,Cv.
- Artawan, K. S. (2015). Pelatihan Agility Laddermetode Lateral Run4repetisi 3 Set Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepak Bola U15 Ssb Putra Tresna Denpasar Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1), 49-57.
- Ash, C. J. M., Raharjo, S., & Andiana, O. (2022, July). Latihan hurdle drill dan ring drill meningkatkan kelincahan dalam permainan bola voli pada peserta ekstrakurikuler bola voli SMK Negeri 3 Malang. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan* (Vol. 2, No. 1, pp. 41-51).
- Bompa, T. Gregory, G. (2009). *Periodization Training of Sport: Theory and Methodology of Training*. United of State America: Human Kinectics.
- Brown, Lee E dan Vance A. ferrigno. 2005. *Training for Speed, Agility, and Quickness*. USA : Human Kinetics. New York: McGraw-Hill.
- Cahayani, I. G., Destriana, D., & Aryanti, S. (2023). Latihan lari zig-zag terhadap hasil kelincahan pemain futsal academy women bigreds palembang. *Journal of Sport Science and Fitness*, 9(1), 27-33.
- Fachrezzy, F., Maslikah, U., Safadilla, E., Reginald, R., & Hendarto, S. (2021). Physical fitness of the poomsae taekwondo athletes in terms of agility, balance and endurance. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(1), 111-119.
- Fikri, Z., & Fahrizqi, E. B. (2021). Penerapan Model Latihan Variasi Passing Futsal. *Journal Of Physical Education*, 2(2), 23-28.
- Harsono. (2015). *Kepeleatihan olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hasibuan, N. (2014). Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Latihan Daya Tahan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 20, 83-88.
- Herlambang, M., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling Dalam Permainan Futsal. *Jurnal Educatio*, 8(4), 1601-1606.

- Hidayat, A. (2019, December). Effect of agility ladder exercises on agility of participants extracurricular futsal at Bina Darma University. In *Journal of Physics: Conference Series* (Vol. 1402, No. 5, p. 055003). IOP Publishing.
- Hidayat, I., Primadani, D., & Nursasih, I. D. (2021). Tingkat Kelincahan Pemain Futsal SMA Negeri 1 Kawali Kabupaten Ciamis. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 55-62.
- Hierro, J. V. L. (2017). UEFA Futsal Coaching Manual. In J. V. L. Hierro (Ed.), *UEFA Futsal Coaching Manual*. Union des Associations Europeennes de Football(UEFA).
- Kasuma, H., Arsil, E., Ihsan, N., & Zarya, F. The Effect of Agility Hurdle Drills, Agility Ring Drills and Speed on the Agility of Jati Futsal Players in 19 Bengkulu City.
- Kepelatihan Dalam Kegiatan Olahraga. (2019). *Penulis: Roesdiyanto* (Roesdiyanto (ed.)). Wineka Media.
- Linggan, S., Salahuddin, M., & Bakar, A. (2021). Pengaruh Latihan Agility Ladder Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Futsal Pada Klub Psd Desa Dowiwi. *BABASAL Sport Education Journal*, 2(1), 32-38.
- Mackenzie, B. (2008). *101 Tests D'Évaluations. Designer: The Flying Fish Studios Ltd www.the-flying-fish.com. Published by: Electric Word plc 67-71 Goswell Road London EC1V 7EP Tel: 0845 450 6402*
- Mardiansyah, A., Alsaudi, A. T., & Chan, A. A. S. (2021). Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III* (pp. 247-252).
- Pangestu, P. (2022). *The Effect of Ladder Drill Exercise on Increasing Extracurricular Student Agility at SMKN 1 Bengkulu City*. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(1), 198-202.
- Pranyoto, F. S., & Suharjana, S. (2019). *The influence of agility hurdle drills, agility ring drills and speed exercises on determination*. *Quality in Sport*, 5(4), 21-27.
- Rafli, M., Hasibuan, M. H., & Prabowo, E. (2023). Efektifitas proprioceptive neuromuscular facilitation dan animal pose stretching terhadap peningkatan fleksibilitas otot hamstring. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 2(2), 129-138.
- Rosyadi, I., Iqbal, M., & Suyatno, S. (2021). Hubungan Keseimbangan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III* (pp. 139-144).

- 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).
- Shoffa, V. A., & Wiriawan, O. (2020). Pengaruh Model Latihan *Agility Ladder 1 Foot In Each Dan 1 In Lateral* Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(3).
- Soemardiawan, S., & Yundarwati, S. (2018). Pengembangan model latihan SAQ (speed, agility, quickness) terhadap peningkatan kecepatan dan kelincahan pada pemain futsal Fim Squad IKIP Mataram tahun 2018. *Jurnal Ilmiah IKIP Mataram*, 5(1), 32-40.
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabet.
- Sumarsono, A. (2017). Pengaruh metode latihan agility hurdle drill dan agility leader terhadap koordinasi kaki anggota ukm futsal universitas musamus merauke. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1).
- Sunaryo, F. Y. A. B., Sugiyanto, S., Liskustyawati, H., & Riyadi, S. (2022). *The Effect of Agility Drill Training on Agility Dribbling Techniques of Young Female Football Players*. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 2(2), 174-187.
- Sungpook, N., Singchainara, J., Soachalem, A., Polsorn, K., & Santiboon, T. T. (2023). *Improving footballers agility performances outcomes with the smart ladder drill prototype inventory for exercising efficiency*.
- Susilawati, I., & Primayanti, I. (2018, September). Pengaruh Latihan Delorme terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Quadriceps pada Pemain Sepak Bola. In *Prosiding Seminar Nasional Lembaga Penelitian Dan Pendidikan (LPP) Mandala* (pp. 277-283).
- Yusuf, P. M., & Zainuddin, F. (2020). Survei Kondisi Fisik Kelincahan Pemain Futsal Undikma. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(1).

*Intelligentia - Dignitas*