

DAFTAR PUSTAKA

- Alvina Fadia Rachma, Tuti Iriani, Santoso Sri Handoyo (2023). Penerapan Model ADDIE Dalam Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Simulasi Mengajar Keterampilan Memberikan Reinforcement.
- Borg, W.R. & Gall, M.D. Gall. (2003). Educational Research: An Introduction, Fifth Edition. Hal 571
- Boy Indrayana (2014). Model Pengembangan Latihan Tendangan Taekwondo Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Jambi.
- Dennis Ariadinata S, Firmansyah Dlis, Johansyah Lubis (2020). Model Latihan Menyerang Berbasis Media Pada Olahraga Anggar.
- Dhanar Dhono Priantoko (2017). Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Dan Lompat Dengan Rintangan Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur.
- Dikdik Fauzi Dermawan (2018). Pengembangan Model Latihan Memukul Bola Softball.
- Dina Rahayu (2012). Analisis Kualitas Produk Dalam Dalam Pengembangan Bisnis Nugget Jamur Tiram Putih Aneka Rasa Bumbu Masakan Tradisional.
- Dinda Annisa Fitri (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sekolah Daerah Khusus (Sekolah Dasar Inpres Tiom Lanny Jaya Papua).
- Edy. D.P. Duhe. Perbedaan Pengaruh Latihan Beban Luar Dan Latihan Beban Dalam Terhadap Kecepatan Pukulan Jab-Straight Pada Atlet Tinju Sasana Pertisar Manado.
- Esty Nurbaya (2018). Pengembangan Media Lift The Flap Book Berbasis Grafis Pada Materi Metamorfosis Di Kelas IV Sekolah Dasar.
- Evi Satispi (2020). Modul Pembelajaran Metode Penelitian Administrasi.
- Faisal Can Putra (2017). Model Desain Pembelajaran J. Kemp.
- Faizal Chan (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan).
- Gita Indah Cahyani (2019). Survei Sarana dan Prasarana Cabang Olahraga Gulat Di Karisidenan Pati.
- Hamdani Rachmat Mubaroq (2017). Pengaruh Latihan Core Stability Terhadap Kecepatan Teknik Kayang Dan Nilai Hasil Jatuhan Pada Atlit Gulat greco Roman.
- Hamzah Haz (2020). Pengembangan Model Latihan Tangkapan Serangan Dua Kaki Pada Olahraga Prestasi Gulat Universitas Negeri Jakarta.
- Ifina Trimuliana, Zulfikar, Rahmat Permana. Aktifitas Fisik Sebagai Model Pembelajaran Anak Usia Dini. Hal 25.
- Jamaludin (2017). Pengaruh Latihan Double Leg Run Ladder Terhadap Kelincahan Tendangan Samping Pada Anggota Tarung Derajat.
- Jonerwan, Hary Soedarto Harjono, Haryanto (2022). Pengembangan Model Pelatihan Kebugaran Jasmani bagi Warga Binaan Pemasyarakatan di Lapas Kelas II B Sarolangun Provinsi Jambi.

- Julius Cesar Duwir (2017). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Kemampuan Passing Klub Sepakbola Taruna Persada Usia 16 Tahun.
- Mahesta, Wahyu Eko Widiyanto, Ali Usman. Pengaruh Latihan Interval Terhadap Lari 3200 Meter.
- Mastur. Penelitian Pengembangan.
- Moh. Iqbal Assyauqi. Model Pengembangan Borg And Gall.
- Mukhtar Ridwan., Ira Arini (2022). Pengembangan Model Latihan Passing Controlling Futsal untuk Anak Usia SMP.
- Nanda Dwicahya dan Fatkurahman Arjuna. Pengaruh Latihan Circuit Bodyweight Terhadap Kebugaran Jasmani, Indeks Massa Tubuh, Persentase Lemak Tubuh Dan Fleksibilitas.
- Nur Ahmad Muharram, Puspodari (2020). Pengembangan BUKU Teknik Dasar Taekwondo Berbasis Mobile Learning Dan Model Tes Keterampilan Tendangan Ap Hurigi Pada Atlet Taekwondo Kota Kediri.
- Nur Ali dan Hendro Wardoyo. Pengembangan Model Latihan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw.
- Nurul Arini Pratiwi (2013). Pengembangan Nilai Kerja Siswa Untuk Praktikum Kesadahan Air Berbasis Model Pembelajaran Siklus 7e Di SMA.
- Panduan Beban (2016).
- Perkembangan Fisik Dan Psikomotorik Peserta Didik. Hal 4.
- Rahmad Diyanto (2020). Evaluasi Kebijakan Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Squash Provinsi Riau.
- Rama Kurniawan (2018). Analisis Gerak Dasar Anak Usia 6-7 Tahun.
- Rivel Oktanansa, Sukendro, Roli Mardian (2022). Pengaruh Latihan Ladder Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan Pada Atlet Bulutangkis PB UNJA Usia 9-13 Tahun.
- Rizki Muhammad Afif, Ahmad Nasrullah. Pengaruh Weight Training dan Body Weight Training Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Tangan.
- Sakina Tees, Yoseph Paramata, Mursalin (2018). Pengembangan Perangkat Pembelajaran Berbasis Konstruktivisme Pada Topik Gerak Pada Benda.
- Sasmito Raharjo (2020). Pengaruh Kombinasi Latihan Ladder – Burpee Dan Latihan Ladder – Split Jump Terhadap Agility Pemain Sepakbola Joker's FC U-21 Kabupaten Magelang.
- Sugiyono (2014). Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D. Hal 10.
- Supriyadi (2019). Metodologi Penelitian & Teknik Penulisan Karya Ilmiah. Hal 1.
- Supriyadi (2021). Pelatihan Menyusun Proposal Penelitian Guru dan Peserta Didik Madrasah Tsanawiyah Negeri 24 Jakarta.
- Seftian Eldin Siregar (2021). Pengaruh Latihan Standing Press Dan Standing Incline Press Dengan Menggunakan Karet Terhadap Hasil Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Pada Atlet Putra Usia 12-14 Tahun Angkasa Swimming Club Labuhan Batu Tahun 2020.
- Setyo Budiyanto. Metodologi Latihan. Hal 16.
- Teguh Andibowo, Ronny Suryo Narbito, Risa Agus Teguh Wibowo, Moh Ikhwan Iskandar, Kodrad Budiyono (2023). Penerapan Metode Latihan Stop – Freeze Pada Pemain Sepakbola.

- Tritjahjo Danny (2019). Ragam dan Prosedur Penelitian Tindakan. Hal 148-149.
- Valentino Hary (2019). Pengembangan Model Passing Atas Bola Voli Untuk Usia SMP.
- Yolanda Putra (2016). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kelincahan Dengan Hasil Belajar Bantingan Pada Mahasiswa Kop Gulat Universitas Negeri Jakarta.

