

DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu Prabowo Waskito, Y. (2021). Jurnal Pion. *Jurnal Pion*, 1(1), 34–43.
- Aditya, V. S., & Dewi, C. (2020). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Lari Jarak Pendek (Sprint) Pada Siswa Kelas 5 Sd Negeri 62 Kota Bengkulu. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1(1), 50–55.
<https://doi.org/10.33258/jder.v1i1.980>
- Amelia, I. N., & Syauqy, A. (2014). Hubungan Antara Asupan Energi Dan Aktivitas Fisik Dengan Persen Lemak Tubuh Pada Wanita Peserta Senam Aerobik. *Journal of Nutrition College*, 3(1), 200–205.
<https://doi.org/10.14710/jnc.v3i1.4559>
- Anggriawan, N. (2015). Peran Fisiologi Olahraga. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 15.
- Aprianto, D. P., & Nurwahyuni, A. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pegawai Kementerian Kesehatan. *Hearty*, 9(2), 49. <https://doi.org/10.32832/hearty.v9i2.5274>
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Astuti, S., & Jatmiko, T. (2020). Pengaruh Latihan Squat Dan Lunge Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (Studi Pada Mahasiswa Putri Fio Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Angkatan 2019). *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(3), 1–6.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/36165>
- Bella, D. N. (2019). Pengaruh Media Pop Up Flashcard Terhadap Kemampuan Membaca Permulaan Siswa Tk B. *Risenologi*, 4(1), 1–8.
<https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2019.41.47>

- Bellicha, A., van Baak, M. A., Battista, F., Beaulieu, K., Blundell, J. E., Busetto, L., Carraça, E. V., Dicker, D., Encantado, J., Ermolao, A., Farpour-Lambert, N., Pramono, A., Woodward, E., & Oppert, J. M. (2021). Effect of exercise training on weight loss, body composition changes, and weight maintenance in adults with overweight or obesity: An overview of 12 systematic reviews and 149 studies. *Obesity Reviews*, 22(S4), 1–13.
<https://doi.org/10.1111/obr.13256>
- Bogin, B., & Varela-Silva, M. I. (2008). Fatness biases the use of estimated leg length as an epidemiological marker for adults in the NHANES III sample. *International Journal of Epidemiology*, 37(1), 201–209.
<https://doi.org/10.1093/ije/dym254>
- Budiara, M., & Yudha, S. (2019). *Analisis Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Siswa Ekstrakurikuler SMPN 12 Makassar. 1.*
- Dewi, A. D. K. (2013). Studi Komparasi Faktor-Faktor Daya Tarik Interpersonal Pada Mahasiswa Unnes Yang Berpacaran Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 2(1), 32–44.
- Djollong, A. F. (2014). Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (Technique of Quantitative Research). *Istiqra'*, 2(1), 86–100.
- Ernalia, Y., Azrin, M., & Latni G, J. (2021). Perbedaan Massa Lemak Antara Pengukuran Skinfold Caliper dengan Bioelectrical Impedance analysis (BIA) pada Atlet. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 267–271.
<https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss3.559>
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan panjang tungkai, power tungkai dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan passing pada pemain unit kegiatan mahasiswa olahraga futsal perguruan tinggi teknokrat. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 2(1), 32–42.
- Gumilang, K. G. A., Ayu Vitalistyawati, L. P., & Made Reny Wahyu Sari, N. L. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kebugaran Kardiorespirasi Pada Anak Usia 9-12 Tahun Di Sd Negeri 4 Sibang Gede. *Jurnal Fisioterapi Dan*

- Kesehatan Indonesia*, 3(2), 61–66. <https://doi.org/10.59946/jfki.2023.222>
- Habibaturachmah, D. Y. F. (2014). *Hubungan Konsumsi Air, Asupan Zat Gizi, Dan Aktivitas Fisik Dengan Persen Lemak Tubuh Pada Remaja Putri*. 3, 647–654.
- Hernandez, S. S. S., Coelho, F. G. M., Gobbi, S., & Stella, F. (2010). Effects of physical activity on cognitive functions, balance and risk of falls in elderly patients with Alzheimer's dementia. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, 14(1), 68–74. <https://doi.org/10.1590/s1413-35552010000100011>
- Hidayat, R., Tungkal, D. L., & Jauh, K. L. (n.d.). *Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Murid Kelas V Upt Sdn 006 Batualang*.
- Irfan, M., & Natalia. (2018). Beda Pengaruh Auto Stretching dengan Contract Relax and Stretching terhadap Penambahan Panjang Otot Hamstring. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 8(1), 65–87.
- Irfan, & Salahudin, S. (2020). Pengaruh Metode Latihan Plyometrics Lari Lompat Rintangan Terhadap Peningkatan Hasil Lompat Jauh Ditinjau Dari Rasio Panjang Tungkai Dan Tinggi Badan. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 3(1), 14. <https://doi.org/10.26740/jses.v3n1.p14-22>
- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(2), 1. <https://doi.org/10.26576/profesi.155>
- Johannsen, D. L., & Ravussin, E. (2014). Obesity in the elderly: is faulty metabolism to blame? *Bone*, 23(1), 1–7. <https://doi.org/10.2217/ahe.10.12.Obesity>
- Juwita, L., & Febrina, W. (2018). Model Pengendalian Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 3(1), 102. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i1.2768>
- Krisdianto, A., & Hariadi, I. (2020). Hubungan antara Keseimbangan , Power dan Kekuatan Otot Tungkai dengan Keterampilan Passing Pemain Sepakbola. *Indonesian Journal of Sport and Physical Education*, 1(2), 39–46.

- Mauluddin, Y., & Priatna, R. A. (2023). Jarak Tempuh Ergonomis Untuk Pedestrian yang Akan Beraktivitas. *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 9(1), 30–36.
- Mayangsari, H., Febriaty, S., Sari, A. J., Keperawatan, J., Kesehatan, P., Karang, T., Keperawatan, J., Kesehatan, P., Karang, T., Penelitian, P., Kesehatan, P., & Karang, T. (2022). *Penerapan Latihan Range of Motion (ROM) menggunakan Bola Terapi Tangan pada Pasien Pasca Stroke Application of Range of Motion (ROM) Exercises with Hand Therapy Balls in Post-Stroke Patients*. 10(2), 193–202.
- MESSIER, S. P., BEAVERS, D. P., LOESER, R. F., CARR, J. J., KHAJANCHI, S., LEGAULT, C., NICKLAS, B. J., HUNTER, D. J., & DEVITA, P. (2014). Knee Joint Loading in Knee Osteoarthritis. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 46(9), 1677–1683.
<https://doi.org/10.1249/mss.0000000000000293>
- Muhammad Afif, M. (2019). Hubungan Kecepatan Dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Long Passing Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 773–785.
- Nasar, A., Saputra, D. H., Arkaan, M. R., Ferlyando, M. B., Andriansyah, M. T., & Pangestu, P. D. (2024). Uji Prasyarat Analisis. *JEBl: Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 2(6), 786–799.
- Nasri, S., Sinurat, R., & Janiarli, M. (2021). Hubungan Power Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Servis Atas Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler Smk N 1 Kepenuhan. *Journal Of Sport Education and ...*, 2(1), 31–39. <https://journal.upp.ac.id/index.php/joset/article/view/864>
- Nikmah, B. K., Fariz, A., Kusuma, W. T., & Sartoyo, S. (2023). Pengaruh Latihan Isometric Quadriceps Terhadap Penurunan Nyeri Lutut Pada Pasien Osteoarthritis Knee Bilateral Di RS Wawa Husada Kepanjen. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1).
<https://doi.org/10.30651/jkm.v8i1.16075>
- Nonaka, K., Murata, S., Shiraiwa, K., Abiko, T., Nakano, H., Iwase, H., Naito, K., & Horie, J. (2018). Effect of skeletal muscle and fat mass on muscle strength in the elderly. *Healthcare (Switzerland)*, 6(3), 1–6.

<https://doi.org/10.3390/healthcare6030072>

- Noviyanti, R. D., & Marfuah, D. (2019). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisk, dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja. *University Research Colloquium*, 421–426.
- Purwanto, Y., & Winarno, M. . (2023). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Sehari Hari Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas 7 SMP Shalahuddin. *Jurnal Ilmiah ADIRAGA*, 9(2), 1–16. <https://doi.org/10.36456/adiraga>
- Putrawan, P., & Kuswardhani, T. (2021). Factors that Affect Handgrip Strength in Groupsof Sanglah Teaching Hospital Denpasar-Bali. *Jurnal Perry Dalam*, 12(2), 87.
- Rahmadhani, S. N. (2019). Pengaruh Marjin Laba Bersih Dan Pengembalian Atas Ekuitas Terhadap Harga Saham Perusahaan Industri Barang Konsumsi. *Jurnal Akuntansi Dan Bisnis : Jurnal Program Studi Akuntansi*, 5(2), 170. <https://doi.org/10.31289/jab.v5i2.2795>
- Ramdani, R. F., Herlambang, A. D., Falhadi, M. M., Fadilah, M. Z., Turnip, C. E. L., & Mulyana, A. (2024). Membangun Kesejahteraan Pikiran untuk Kesehatan Mental Melalui Gaya Hidup Sehat dan Olahraga. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2928–2936. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1186>
- Ridha, N. (2017). Paradigm. *Proses Penelitian, Masalah, Variabel Dan Paradigma Penelitian*, 14(1), 672–673. <https://doi.org/10.1111/cgf.13898>
- Rudiyanto., Waluyo, M., & Sugiharto. (2012). Hubungan Berat Badan Tinggi Badan Dan Panjang Tungkai Dengan Kelincahan. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 1(2), 26–31.
- Saparwadi, L. (2021). Perbedaan Hasil Belajar Mahasiswa Bekerja Dengan Tidak Bekerja Pada Analisis Data Kualitatif Dan Kuantitatif. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 2(2), 20–24. <https://doi.org/10.33365/ji-mr.v2i2.1405>
- Septiadi, F., & Alwi Nurudin, A. (2023). Global Physical Activity Questionnaire : Aktivitas Fisik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sukabumi Pasca

Covid-19. *Jurnal Educatio*, 9(4), 2160–2164.

<https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5975>

Serin, T. A., & Pombu, N. (2022). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Osteoarthritis Lutut Dengan Ultrasound Dan Quadriceps Setting Exercise Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado Physiotherapy Management Of Knee Osteoarthritis Using Ultrasound And Quadriceps Setting Exe. *Lasalle Health Journal*, 1(November), 82–88.

Setiowati, A. (2014). Hubungan Indeks Massa Tubuh , Persen Lemak Tubuh , Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 4, 1.

Silalahi, L. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 223.

<https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.223-232>

Singgih, A. (2017). Hubungan Antara Panjang Tungkai, Power Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Sabit. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 12, 1–11.

Sipilä, S., Elorinne, M., Alen, M., Suominen, H., & Kovanen, V. (1997). Effects of strength and endurance training on muscle fibre characteristics in elderly women. *Clinical Physiology*, 17(5), 459–474. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2281.1997.05050.x>

Subrata, T., & Pratiwi, A. E. (2024). Hubungan Lemak Subkutan dengan Kebugaran Jasmani Daya Tahan Otot pada Mahasiswa FKIK Universitas Warmadewa. 4(2), 210–216.

Sunantara, A. A. A. W., Mayun, I. G. N., & Suadnyana, I. A. A. (2022).

Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Kemampuan Fungsional Pada Lansia Di Banjar Jasan, Sebatu, Tegalalang, Gianyar. *Indonesian Journal of Physiotherapy Research and Education IJOPRE*, 3(1), 26–32.

Therkelsen, K. E., Pedley, A., Hoffmann, U., Fox, C. S., & Murabito, J. M.

(2016). Intramuscular fat and physical performance at the Framingham Heart

Study. *Age*, 38(2), 1–12. <https://doi.org/10.1007/s11357-016-9893-2>

Tias Novitasari, N., & Yudha Wastuti, S. N. (2023). Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Untuk Mengurangi Gaya Hidup Hedonisme Pada Siswa Smk – Bm Budi Agung Medan. *Lokakarya*, 2(2), 164. <https://doi.org/10.30821/lokakarya.v2i2.3257>

Tober, M., Sinurati, R., & Janiarli, M. (2021). Hubungan Koordinasi Mata-Tangan Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Akurasi Smashpada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis Ma Kepenuhan. *Jurnal of Sport Education and Training*, 2(1), 18–30.

Weda, & Harmono, S. (2018). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai , Panjang Tungkai Dan Kelentukan Dengan Jauhnya Tendangan Pada Siswa Ekstrakurikuler Di SMA PGRI 4 Kediri Tahun 2017-2018. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 1, 31–38.

Zhao, J., & Settles, B. H. (2014). Environmental correlates of children's physical activity and obesity. *American Journal of Health Behavior*, 38(1), 124–133. <https://doi.org/10.5993/AJHB.38.1.13>

Intelligentia - Dignitas