

## DAFTAR PUSTAKA

- Armando Vegatus, B., Swadesi, I. K. I., & Sudarmada, I. N. (2023). Pelatihan Ladder Drill terhadap Kecepatan dan Kelincahan pada Pemain Sepak Bola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 11(3), 224–229.  
<https://doi.org/10.23887/jiku.v11i3.66919>
- Arwandi, J., & Firdaus, M. (2021). *Effect of Agility Training Towards Soccer Dribbling Skills*. 35(Icssht 2019), 7–10.  
<https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210130.002>.
- ALAN AMANDA. (2014). *iLLINOIS AGILITY TEST*. 3–3.
- Daryanto, Z. P., & Hidayat, K. (2015). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. 201-212
- Dr. Bafirman HB, M. Kes. , A., & Dr. Asep Sujana Wahyuri, S. Si. , M. P. (2018). *PEMBENTUKAN KONDISI FISIK* (Vol. 1). 5-6
- Fajar Ismoyo. (2014). *Pengaruh Latihan Variasi Speed Ladder Drill Terhadap Kemampuan Dribbling, Kelincahan, dan Koordinasi Siswa SSB Angkatan Muda Triadi Kelompok Umur 11-12 Tahun*. 16-18
- Fajrin, S. N., Agustiyawan, A., Purnamadyawati, P., & Mahayati, D. S. (2021). Literature Review : Hubungan Koordinasi Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 1(1), 6–12. <https://doi.org/10.52019/ijpt.v1i1.2605>
- Farisi, M. A. H. Al. (2018). Model Latihan Kelincahan Bulutangkis. *Jurnal SEGAR*, 7(1), 31–45.
- Fitriani. (2017). *Perbedaan Efektivitas Permainan Tradisional Dende-Dende Dengan Sepatu Roda Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Pra Sekolah*. 9-23
- Gozali, Y., Setiawan, D., Farhanto, G., Jejak, R., Kunci, K., Plyometric, L., Kekuatan, ;, & Kelincahan, ; (2024). Keterangan. In *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)* (Vol. 4, Issue 2).  
<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JOK> 185-186
- Harsono. (2018). *Kepelatihan Olahraga*. 120-125
- Haryono, F., Amiq, F., & Fitriady, G. (2021). Pengaruh Latihan Shuttle Run dan Ladder Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan (Agility) Siswa Sepakbola. *Sport Science and Health*, 3(7), 479–485.  
<https://doi.org/10.17977/um062v3i72021p.479-485>

- Hasbi Asshiddiqi, & Heri Wahyudi. (2020). *Pengaruh Latihan Agility Ladder Drill Terhadap Kelincahan Pemain Futsal; Sportifo FC U 14-16 Pamekasan*. 134-137
- Indah Lestari, J. (2023). Hubungan Kelentukan Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Smash Dalam Bermain Bulutangkis Di Gampong Meunasah Peukan Kecamatan Kota Sigli. *Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 3(4), 210–218.
- Irawan & Fitranto. (2020). Profil Kondisi Fisik Tim Futsal Liga Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta 2019. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*. 73-75
- Irfandi, & Rahmat, Z. (2013). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Teknik Menggiring Slalom Dan Mengoper Dalam Sepakbola. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Lee E. Brown and Vance A. Ferrigno. (2005). *Training for Speed, Agility, and Quickness*. 71-136
- Lestiyono, D. (2020). Skripsi: Pengaruh Latihan Agility Ladder Dan Cone Drills terhadap Keterampilan Tenangan Sabit Pencak Silat pada Atlet Putra Persinas Asad Semarang. *Universitas Negeri Semarang*. 98-102
- Meizara, E., Dewi, P., Hasyim, & Saharullah. (2017). *Penerapan Metode Mental Training Dalam Olahraga Terhadap Peningkatan Mental Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar Di Makassar*. 7-15
- Mulyadi, M. D. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Long Pass Sepakbola Di Smp Pgri Cikembar Kabupaten Sukabumi Tahun 2018. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Nasrulloh, A., Prasetyo, Y., & Apriyanto, K. D. (2018). *Dasar-Dasar Latihan Beban*. 52.
- Novra, Y., Ricky, Z., Dwi Novri Asmara, dan, Kunci, K., Latihan, M., & Bola, S. (2021). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KELINCAHAN DAN KEKUATAN DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA [Development Of An Agility Training Model Power In The Football Game]. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(2). 233-248
- Purdianto, I. D., & Siantoro, G. (2024). *JPO : Jurnal Prestasi Olahraga Indra Dwi Purdianto \*, Gigih Siantoro*. 7, 489–493.
- Puspodari. (2021). TINGKAT VOLUME OKSIGEN MAKSIMAL ATLET CABOR KONSENTRASI UNGGULAN SENAM PUSLATKOT KOTA KEDIRI DALAM MENGHADAPI PEKAN OLAHRAGA PROVINSI 2022.

- Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1), 207–211.  
<https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1296>
- Ramadhan, R. (2019). *Pengaruh Latihan Fertlek Terhadap Peningkatan VO2Max Pada Atlet Sepak Bola SMA Negeri 1 Pekanbaru*. 15-16
- Rojali, A. P., Syafei, M. M., & Nugroho, S. (2021). Pemahaman Siswa terhadap Pembelajaran Permainan Sepakbola di Sekolah Menengah Atas pada Masa Pandemi Covid-19. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(1), 118–126. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2778>
- Rosniawati, Hernawan, & Yusmawati. (2024). the Influence of Endurance, Agility and Eye, Hand and Feet Coordination on Learning Outcomes of Rhythmic Movements in Physical Education. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(01), 100–116. <https://doi.org/10.21009/gjik.151.10>
- Saharullah, & Hasyim. (2024a). *Sejarah Peraturan Pedoman Mengajar Dan Melatih Sepak Bola*. 130.
- Samsudin, & Furkan. (2017). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1). 64-65
- Sheppard, J. M., & Young, W. B. (2015). Agility literature review: classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919–932.  
<https://doi.org/10.1080/02640410500457109>
- Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P. (2022). *Eduardus Soni 3) , I Made Darmada 4) \*, I Kadek Yudha Pranata 5) , I Gede Agus Adi Saputra 6) 1), 2), 3), 4), 5)*. 8(1), 175–185.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. 43-58
- Tudor, B., & Carrera, M. (2015). *Periodization Training for Sports*. 15-18
- Utomo, A. A. B., Nurhasan, N., Wiriawan, O., & Muhammad, H. N. (2024). The Effect of Combined Method Training Circuit Training Plyometric on Power and Strength. *International Journal of Emerging Research and Review*, 2(1), 000064. <https://doi.org/10.56707/ijoerar.v2i1.64>
- Wahyudi, A. N., & Pd, M. (n.d.). *BUKU AJAR SEPAK BOLA DASAR*. 10-15
- Yabes Roni Malaifani. (2023). *STUDI KORELASI ANTARA KECEPATAN, KELINCAHAN, POWER TUNGKAI, DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KEMAMPUAN DRIBBLING PEMAIN SEPAKBOLA BALI UNITED TAHUN 2021*. 1, 31–31.

Zusyah Porja Daryanto, & Khoirul Hidayat. (2015). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2). 201-210



*Intelligentia - Dignitas*