

DAFTAR PUSTAKA

- A . F. Sugiharto (2023). *Inovasi model latihan gerak pencak silat untuk anak usia 9- 12 tahun*. Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Universitas Tadulako, Indonesia
- Balyi, I., & Hamilton, A. (2004). *Long-Term Athlete Development: Trainability in Childhood and Adolescence*. Victoria: National Coaching Institute British Columbia & Canadian Sport Centres.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. A. (2015). *Periodization Training for Sports*. Human Kinetics.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2017). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (6th ed.). Human Kinetics
- Bompa, T. O., & Haff, G. (2019). *Periodization theory and methodology of training*. USA: Sheridan Books.
- Carin, A. A. (2018). *Hubungan Antar Daya Ledak Otot Tungkai, Kekuatan Otot Perut, dan Kelentukan Sendi Panggul dengan Kecepatan Tendangan Mawashi Geri pada Kenshin Tunas Bangsa*. Journal Of Controlled Release, 11 (2), 430- 439.
- Dr. Hj. Neliwati, S.Ag, M. P. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Kajian Teori Dan Praktek)*. In CV. Widya Puspita (Issue 57). BUKU METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN Hal 2
- Emral. (2017). *Pengantar teori dan metodologi pelatihan fisik* (Emral (ed.); Pertama). KENCANA.
- Emzir, M. P. (2017). *METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN: Kuantitatif dan Kualitatif*. BUKU METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN Hal 1
- Hariyanti, W., Astra, I. ketut B., & Suwiwa, I. G. (2019). *Pengembangan Model Latihan Fleksibilitas Tingkat Pemula dalam Pembelajaran Pencak Silat*. Jurnal Penjakora, 6(1), 57.
- Hasyim & Saharullah, *Dasar ilmu kepelatihan* (Makassar: UNM, 2019) Hal 1-6
- Irianto, 2020. *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK UNY

- Jurianto, J. (2019). *Model Pengembangan Desain Instruksional Dalam Penyusunan Modul Pendidikan Pemustaka* (Library Instruction). *MediaPustakawan*, 24(3), 32-39
- Marlianto, F., & Yarmani, Y. (2018). *Analisis Tendangan Sabit pada Perguruan Pencak Silat Tapak Suci di Kota Bengkulu*. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 179-185.
- Metty, P.R.. 2017. "Hubungan Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Dan Kelenturan Dengan Tendangan Mawashi Geri Balai Kota Padang" 2017 : 1
- Mikail, K., & Suharjana, S. (2019). *Pengembangan model latihan teknik dasar sepakbola bagi anak usia 10-12 tahun di sekolah sepakbola*. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(1), 14–27.
- Muis Joni, 2016 "Interaksi metode latihan dan kecepatan reaksi terhadap kemampuan pukulan atlet tinju kategori youth" UPP PGSD Parepare fakultas ilmu pendidikan UNM.
- Munir. 2015. *Pendidikan Jarak Jauh Berbasis Teknologi*. Bandung: ALFABETA
- Nurul, I. (2018). *Buku ajar pembelajaran pencak silat*. Depok : raja grafindopersada. Suyadi. (2018). *Perkembangan fisik-motorik siswa usia sekolah dasar masalah dan perkembangannya*, 170-182.
- Rahmi, E., Ibrahim, N., & Kusumawardani, D. (2021). *Pengembangan Modul Online Sistem Belajar Terbuka Dan Jarak Jauh Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran Pada Program Studi Teknologi Pendidikan*. *Visipena*, 12(1), 44–66.
- Ritonga, P. A., Putri Andini, N., Iklimah, L., & Pendidikan Guru, J. (2022). *Pengembangan Bahan Ajaran Media*. *Jurnal Multidisiplin Dehasen*, 1(3), 343–348.
- Sepriadi. 2018. "Kontribusi Power Otot Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Tendangan Mawashi Geri Atlit kempo". *Jurnal Media Ilmu keolahragaan Indonesia*.
- Spatioti, A. G., Kazanidis, I., & Pange, J. (2022). *A Comparative Study of the ADDIE Instructional Design Model in Distance Education*. In *Information* (Switzerland) (Vol. 13, Issue 9). MDPI.)
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian dan pengembangan research and development*. Bandung: alfabeta

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta. BUKU METODOLOGI PENELITIAN PENDIDIKAN Hal 2

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian dan pengembangan research and development*. Bandung: alfabeta

Sugiyono. (2018). *Metode penelitian dan pengembangan research and development* Bandung : Alfabeta.

Sukadiyanto, 2017. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung

Tangkudung James, *Macam-macam metodologi penelitian*, (Jakarta: Lensa Media Pustaka Indonesia, 2016)

Tokuhon. (2018). *Teknik Dasar Shorinji Kempo*. Jakarta: Penerbit persaudaraan kempo indonesia (PERKEMI).

Wicaksono, A&Handoko Willy (2020). *Aktivitas Fisik dan Kesehatan*. Pontianak: IAIN Pontianak Press

