

DAFTAR PUSTAKA

- Agusniatih, A., & Juhriati, I. (2025). *Improving Children ' s Gross Motor Skills Through Traditional Games in Group B of Ululjadi Kalora Kindergarten*. 9(2), 281–291.
- Aji, ganang purnomo, PENGEMBANGAN ALAT LADDER UNTUK LATIHAN KOORDINASI, K. D. P. (2021). *Pengembangan alat ladder untuk latihan koordinasi, kelincahan dan power*.
- Aldariga. (2020). *Jurnal Ilmiah Adiraga*. 3(November), 21–27.
- Amalia, M. D. (2025). *Efektivitas latihan interval with mini hurdle untuk mengurangi tingkat kejenuhan atlet middle distance remaja 1. 8*, 1476–1483.
- Arif, K., & Garnika, A. S. (2023). *PENGARUH LATIHAN LADDER SHOPS + RUN DAN LATERAL BOX JUMP TERHADAP KELINCAHAN (AGILITY) DAN KECEPATAN (SPEED)* Arif Kustoro , Garnika Ade Sinto Raya Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan , Universitas Kahuripan Kediri. 1, 1–10.
- Barata, I., Studi, P., & Keolahragaan, I. (2023). *PENERAPAN PERMAINAN MODIFIKASI UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING RUGBY PADA ATLET RUGBY*. 181–187.
- Cahyaningrum, G. K., & Cahyono, D. (2024). *International Journal of Education and Life Sciences (IJELS)*. 2(12), 1377–1386.
- Cakrawala, J., & Pampangan, M. A. A. (2024). *Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drills dan Latihan Agility Ring Drills terhadap Permainan Sepak Bola Peserta Universitas PGRI Palembang , Indonesia yang sudah dilakukan secara bertahap mulai dari tahap pemula (multilateral) sampai tahap. 4*.
- Ikham, D., Suryana, E., Negeri, I., Fatah, R., Info, A., & History, A. (2023). *Menavigasi Perkembangan Masa Remaja Awal : 6*, 7629–7639.
- Issn, E. (n.d.). *Khatulistiwa*. 35, 87–94.
- Jasmani, K., & Ceria, S. S. (2023). *Meningkatkan kesegaran jasmani melalui metode penugasan senam segar ceria*. 16(2), 179–188.
- Jati, R. K., Suwastika, N. A., & Yasirandi, R. (2020). *Hopscotch game to support stimulus in children ' s gross motor skill using IoT*. 4.

- Karin Setya Arzety, O. W., Wulandari³, F. Y., & Lestari, B. (2026). *No Title*. 9, 538–545.
- Kartini, R. S. (2023). Metode Permainan untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lari pada Siswa Kelas III SDN Oro-Oro Ombo 03 Batu Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan Taman Widya Humaniora*, 2(3), 1442–1466.
- Keolahragaan, S. I., Olahraga, F. I., Surabaya, U. N., Keolahragaan, S. I., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (2024). *PENGARUH LATIHAN LADDER DRILL DAN ZIG-ZAG RUN DALAM MENINGKATKAN KELINCAHAN PADA ATLET FUTSAL Doni Asmara Putra Purbodjati*.
- Lesmawan, H., Handayani, W., El, M., Lanos, C., & Risma, S. A. (2024). *Meningkatkan Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Dasar Dengan Metode Pembelajaran Blended Learning Menggunakan Media Inovatif*. 5(11), 1582–1589.
- Long, M., Athlete, T., & Ltad, D. (2024). *Pengukuhan Guru Besar*, 25 Juli 2023. 119–147.
- Ndiung, S. (2024). *Penggunaan Media Kertas Lipat dalam Pembelajaran Operasi Hitung Pecahan*. 4(2), 338–348.
- News, N., Ilmiah, J., & Vol, K. (2021). 1, 2, 3. 5(1), 38–44.
- Nopiyanto, Yahya Eko; Raibowo, Septian; Arwin. (2020). *Pembelajaran Atletik. Pembelajaran Atletik*.
<https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=Si8PEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA78&dq=latihan+sepakbola+multimedia+interaktif&ots=rzX-dVpaQb&sig=-nD5qTMAAsNODMDNAEbARyTZgLS>
- Pendidikan, J., & Hambali, S. (2021). *PEMBELAJARAN PASSING BAWAH MENGGUNAKAN METODE BERMAIN PADA PERMAINAN BOLA VOLI*. 5(1), 58–70.
- Pendidikan, P., PGRI, U., Indonesia, M., Seroja, J., Utara, K. D., & Denpasar, K. (2022). *Kemampuan Gerak Dasar Lari Jarak Menengah Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Basic Movement Skills for Middle Distance Running in Students Junir High School*. 2(2), 163–176.
- Ramadhani, F., Iqbal, R., & Rahayu, E. T. (2020). Pengaruh Metode Latihan ABC Run terhadap kemampuan Belajar Lari Sprint 100 Meter Siswa Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Atletik Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana*, 6(3), 295–307. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5716117>
- Septianwari, H. (2020). *Pengaruh Latihan Icky Shuffle dan Hop Scotch terhadap Peningkatan Kelincahan dan Power Otot Tungkai*. 6(1).

- Setiawan. (2025). *JPO : Jurnal Prestasi Olahraga EFEKTIVITAS ASSISTANCE VS RESISTANCE SPRINTING DALAM MENINGKATKAN*. 8, 1551–1556.
- Surabaya, U. N. (2024). *Pengaruh Latihan High Knee Run dan Double Leg Run terhadap Kelincahan dan Kecepatan pada Siswa Mi Al-Fithrah Surabaya*. 8, 32769–32775.
- Susilowati, D. (2025). *Edunomika – Vol. 02, No. 01 (Pebruari 2018) PENELITIAN TINDAKAN KELAS (PTK) SOLUSI ALTERNATIF PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN Dwi Susilowati*. 02(01), 36–46.
- Syamsudin, F., Amrulloh, A., Ramadhan, I., & Subardi, M. B. (2024). *Edukasi LTAD tahap Learning to Train dan Train to Train kepada Pelatih dan Orangtua Walisiswa Pencak Silat di Sukoharjo*. 4(4), 2582–2586.
- Taufik, K., Hidayat, M. A., & Kusumawardani, I. (2025). *PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI DAN ENKGLEK TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5 – 6 TAHUN*. 6(4), 320–332.
- Wanda Perbawanti¹, Reshandi Nugraha², A. S. (2025). 1, 2, 3 123. 8, 1212–1223.
- Watikasari, S. U. (2024). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. 19(2), 17–28.
- Zainuddin, M. S., Am, A. M., & Hasanuddin, M. I. (2023). *PENGARUH LATIHAN LADDER DRILL TERHADAP KECEPATAN LARI 100 METER*. 10(September), 136–143.

Intelligentia - Dignitas