

DAFTAR PUSTAKA

- Alifiansyah Rafi , Destriana, I. (2024). Journal of Sport Sciences and Fitness Hand Grip Strength , Arm Muscles Power , and Flexibility : Key Contributions to. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 2(10), 118–127.
- Anugrah, R. R., Dermawan, D. F., Karawang, U. S., & Barat, J. (2022). *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*. 3, 38–43.
- Asmi, A. (Jurusan P. O. F. I. K. U. N. P. (2016). Kontribusi Kekuatan Tangan Dan Kelentukaan Togok Terhadap Bantingan Grand Amplitude Pada Olahraga Gulat. *Jurnal Menssana*, 1(1), 75–85.
- Azizah, P. N., & Nurrochmah, S. (2024). Analisis profil antropometri, status gizi, dan kebugaran jasmani atlet gulat. *Jurnal Porkes*, 7(1), 211–227. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25268>
- B, B. A., Arwin, & Ilahi, B. R. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai dan Kelenturan Pinggang Terhadap Hasil Bantingan Kayang Dalam Olahraga Gulat. *X(X)*, 14–23. <https://doi.org/10.33369/gymnastics>
- Bintoro, Y., & Nugraheningsih, G. (2021). Kontribusi Kelenturan, Kekuatan, Dan Daya Tahan Atlet Gulat Sasana Bantul. *Jurnal Olympia*, 3(1), 26–36. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v3i1.1438>
- Citrawati, I., S, F. N., & Siswoyo, J. (2024). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Bantingan Pinggang Pada Atlet Gulat Putra Pelatprov Lampung. 3(2), 58–63.
- Drs. Abdul Kadir AA, M. S. (2011). Kontribusi Power Tungkai Dan Fleksibilitas Pinggang Terhadap Hasil Teknik Bantingan Pinggang Gepitan Pada Ketiak. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 3(1), 1–14.
- Han, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Kembara, R., Hidasari, F. P., Fachrurrozi Bafadal, M., & Triansyah, A. (2022). Hubungan power tungkai dan kelenturan terhadap bantingan lengan pada pegulat putra. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 6(2), 132. <https://doi.org/10.26858/sportive.v6i2.37100>
- Muhammad Qasash Hasyim1. (2025). Global Journal Sport Pengaruh Latihan Tricep Pushdown Terhadap Kekuatan Dan Ketahanan Otot Lengan Dan Bahu Pada Atalet Kurash Kota Makassar. *Silatul Rahmi*, 3(2), 430–439.
- Prof. Dr. Johanis Fritzgal Rehena, M. K., & Dr. Syahrhan Wael, M. S. M. (2020). Buku Ajar Anatomi & Fisiologi Manusia. *Universitas Respati Yogyakarta*, (September), 1–342.

- Purnomo, E. (2019). Pengaruh Program Latihan terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bolatangan Porprov Kubu Raya. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.26740/jses.v2n1.p29-33>
- Ramadhani, N., & Albina, M. (2025). Analisis Metode Penelitian Korelasional Dalam Konteks Pendidikan Modern. *Jma*, 3(6), 3031–5220.
- Rambe, Riris N., Lubis, Ade A., Suaimah, Nur., Siregar, P. S. (2023). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kelentukan Terhadap Bantingan Gulat Pada Club Gulat Pontianak Firdaud. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(November), 67–78.
- Saputra, A., Syafrial, Sutisyana, A., Permadi, A., & Ilahi, B. R. (2024). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Otot Perut Terhadap Kemampuan Gulungan Pinggang Atlet Gulat Provinsi Bengkulu. *Sport Gymnastics : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(2), 191–200. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v5i2.30580>
- Silaban, E. H., Iyakrus, & Bayu, W. I. (2023). Survei kondisi fisik dan keterampilan teknik dasar atlet gulat Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya Survey of physical condition and basic technical skills of wrestling athletes at Sriwijaya State Sport School. *Journal of Physical Education*, 2, 48–54. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/bimaloka/>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*. Alfabeta.
- Upe, A. (2018). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Ke Depan Dengan Kemampuan Teknik Bantingan Pinggang Pada Olahraga Gulat Mahasiswa Fik Unm Makassar. *Jurnal Ilara, Hubungan K*(7), 0–3.