

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and methodology of training* (5th ed.). Human Kinetics.
- Borg, W. R., & Gall, M. D. (1983). *Educational research: An introduction* (4th ed.). Longman.
- Branch, R. M. (2009). *Instructional design: The ADDIE approach*. Springer.
- Dick, W., Carey, L., & Carey, J. O. (2005). *The systematic design of instruction* (6th ed.). Pearson.
- Fauzan, F., Lubis, J., & Puspitorini, W. (2019). Model latihan tendangan lurus pencak silat berbasis media belajar siswa ekstrakurikuler pencak silat SMPN 88 Jakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Adaptif (JPJA)*, 2(02), 42–46.
- Franchini, E., & Takito, M. Y. (2014). Olympic preparation in Brazilian judo athletes: Description and perceived relevance of training practices. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 28(6), 1606–1612.
- Franchini, E., Del Vecchio, F. B., Matsushigue, K. A., & Artioli, G. G. (2011). Physiological profiles of elite judo athletes. *Sports Medicine*, 41(2), 147–166.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. Remaja Rosdakarya.
- Imamura, R. T., & Johnson, B. F. (2003). A kinematic analysis of a judo leg sweep: Major outer leg reap—Osoto-gari. *Sports Biomechanics*, 2(2), 191–201.

Kano, J. (1986). *Kodokan judo*. Kodansha International.

Kodokan Judo Institute. (2013). *Kodokan judo throwing techniques*. Kodansha International.

Lubis, J. (2018). Pembinaan dan pengembangan kondisi fisik atlet melalui latihan yang sistematis. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(2), 1–10.

Marani, I. N., Muhyi, M., Ginanjar, S., Widyaningsih, H., Mustafa, P. S., Yono, T., ... & Kurniawati, A. (2024). *Aspek pembelajaran dan metode belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan*. Akademia Pustaka.

Mulyana, D. (2017). Pengembangan model latihan teknik dasar olahraga beladiri berbasis pembelajaran gerak. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 60–68.

Nugroho, A. (2015). Pengembangan model latihan keterampilan teknik dasar olahraga untuk meningkatkan kemampuan atlet. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 1–12.

Prabowo, A., & Rahayu, T. (2019). Pengembangan model latihan teknik dasar pada cabang olahraga beladiri. *Journal of Physical Education and Sports*, 8(2), 120–126.

Samsudin, M. P. (2024). *Desain dan pengembangan kurikulum pendidikan jasmani*. Jakad Media Publishing.

Saputra, Y. M. (2016). Pembelajaran keterampilan gerak dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(1), 15–23.

Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (5th ed.). Human Kinetics.

Sujarwo. (2015). Pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan bermain. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2), 75–82.

Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Lubuk Agung.

Tangkudung, J. (2016). *Macam-macam metodologi penelitian: Uraian dan contohnya*. Lensa Media Pustaka Indonesia.

Thiagarajan, S., Semmel, D. S., & Semmel, M. I. (1974). *Instructional development for training teachers of exceptional children: A sourcebook*. Indiana University.

Widiastuti. (2015). *Tes dan pengukuran olahraga*. Rajawali Pers.

Yudho, F. H. P., Fachrezzy, F., & Dlis, F. (2024). Practical use and the validity of inclinometer in measuring student's real-time body balance control through one leg standing test. *International Journal of Engineering and Technology*, 16(4).