

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, A. Y., & Kartiko, D. C. *Pengaruh Circuit Training Pada Hasil Tendangan Shooting Dalam Sepakbola (Studi pada SMA Negeri 3 Lamongan).*(2021)
- Azhar, S. (2022). *Penjasorkes Keterampilan Olahraga dengan Permainan. CV Jejak (Jejak Publisher).c. Altius: jurnal ilmu olahraga dan kesehatan*, 8(2).
- Hermawan, I., Maslikah, U., Masyhur, M., & Jariono, G. (2020, December). *Pelatihan Kondisi Fisik Pelatih Cabang Olahraga Kota Depok Jawa Barat Dalam Menghadapi Persiapan PORPROV 2022. In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat (Vol. 1, pp. SNPPM2020P-371).*
- Irawan, A. (2021). *Indonesia Futsal Coaching Manual. Deepublish., I Md. Yama Ardika, dkk.*(2015:3)
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). *Kemampuan teknik dasar sepakbola. Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Jarkasih, I., & Fardi, A. (2020). *Pengaruh Pemberian Gula Aren Dalam Latihan Daya Tahan Terhadap Kapasitas VO2 Max SSB Tan Malaka. Jurnal Patriot*, 2(1), 301-314.
- Juntara, P. E. (2019). *Latihan kekuatan dengan beban bebas metode circuit training dan plyometric*
- Krisdianara, L. (2020). *Pengaruh Variasi Latihan Heading Terhadap Peningkatan Keterampilan Heading Dalam Permainan Sepak Bola (Eksperimen pada SSB Bufal FC Kabupaten Tasikmalaya) (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi) . Misbahudin dan Winarno (2020)teknik sepak bola ada 6*

- Kristiyanto, A., & Doewes, M. (2018). *Analisis penerapan prinsip-prinsip latihan terhadap peningkatan kondisi fisik atlet bulu tangkis PPLOP Jawa Tengah tahun 2017/2018. Journal power of sports, 1(1), 55.*
- Prasetyo, Y., & Nasrulloh, A. (2022). *Pengaruh latihan beban kombinasi dengan latihan aerobik terhadap berat badan dan persentase lemak tubuh pada remaja overweight. Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi), 18(2), 8-17.*
- Putri, N. A., Haqiqi, I., Putra, F. F., & Panggraita, G. N. (2023). *Meningkatkan Aktivitas Gerak Jasmani Pada Anak Sekolah Dasar Melalui Senam Ria Anak. Jurnal ABDIMAS: MURI, 3(2).*
- Putri, S. M., & Nugroho, R. A. (2022). *Hubungan Power Tungkai Dan Keseimbangan Terhadap Ketepatan Shooting Pemain Ssb Lampung Football School Bandar Lampung. Journal Of Physical Education, 3(1), 26-29.*
- Sukarman, S., & Yusuf, R. (2019). *Sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Program Latihan Pada Pelatih Dan Pembina Pencaksilat Kabupaten Lombok Tengah. Abdi Masyarakat, 1(1).*
- Syahroni, M., Pradipta, G. D., & Kusumawardhana, B. (2019). *Analisis Pembinaan Prestasi terhadap Manajemen Olahraga Sekolah Sepak Bola (SSB) Se-Kabupaten Pati Tahun 2019. Jossae (journal of sport science and education), 4(2), 85-90.*
- Syaiful, S. (2019). *Kontribusi Panjang Tungkai, Kecepatan Lari Dan keseimbangan Dengan Kemampuan Lompat Jauh Murid Sd Inpres Pattallassang 101 Kab. Takalar (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Makassar)*

Tanzila, R. A., & Hafiz, E. R. (2019, August). *Latihan fisik dan manfaatnya terhadap kebugaran kardiorespirasi. In Conferences of Medical Sciences Dies Natalis Faculty of Medicine Universitas Sriwijaya (Vol. 1, No. 1, pp. 316-322).*

Wijayanto, A. (2023). *Pengantar Aktivitas Ritmik Konss*

Yudiana, Y., Subardjah, H., & Juliantine, T. (2012). *Latihan fisik. Bandung: FPOK-UPI Bandung.*