

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, M. Z. (2019). Pengaruh Latihan Barbel *Squat With Toe Raise* dan Barbel *Walking Lunges* Terhadap Power Tungkai Pemain Futsal Putra UNY. *E-Journal*, 2, 1–13.
- Ahmad, N. (2018). Pengaruh Latihan *Zig-Zag Run* Terhadap Kelincahan Atlet Pencak Silat Tapak Suci.
- Arifianto, I., & Raibowo, S. (2020). Model Latihan Koordinasi Dalam Bentuk Video Menggunakan variasi Tekanan Bola Untuk Atlet Tenis Lapangan Tingkat Junior.
- Aris, P. (2018). Tim Kesebelasan Sepakbola. Ditjen Pendidikan Anak Usia Dini Dan Pendidikan Masyarakat-Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
- Bafirman, & Wahyuri, A. S. (2018). Pembentuk Kondisi Fisik (Divisi Buku). PT Rajawali Grafindo Persada.
- Bompa, T. ., & Buzzichelli, C. . (2015). *Periodization Training For Sport. Human Kinetics*.
- Bridle, B., L, S., Phipps, S., Minihane, T., Cavanagh, M., Farrow, L., S, G., & Parris, M. (2011). *Essential Soccer Skills. Dorling Kindersley*.
- Budiwanto, S. (2012). Metode Latihan Olahraga. Um Press.
- Danurwindo. (2017). Sepakbola. *Journal JPDO*, 5.
- Dooley, T., & Titz, C. (2010). *Passing And Ball Control. Meyer & Meyer Sport*.
- Fahrizqi, E. B., Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Olahraga Selama New Normal Pandemi Covid-19. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(2), 53–62.
- Fenanlampir, A. (2020). Tes Dan Pengukuran Olahraga. CV Andi Offset.
- Harsono. (2018). Latihan Kondisi Fisik Untuk Atletik Sehat Aktif. PT Remaja Rosdakarya.

- Hasyim, & Saharullah. (2019). *Dasar Ilmu Kepeleatihan*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makasar.
- Ibrahim, R. C., Polii, H., & Wungouw, H. (2015). Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Fleksibilitas Lansia. 134, 1–8.
- Jaya, I. K. O. P., Yoda, I. K., & Sudarmada, I. N. (2016). Pengaruh Pelatihan Downhill Running Dan Uphill Running Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskuler. *E-Journal Ikor Universitas Pendidikan Ganesha*, 1, 12.
- Juniarta, T., & Siswanto. (2014). Pengembangan Model Latihan Permainan Rintangan *Handicap Games* Untuk Latihan Kebugaran Jasmani Anak Usia 10-12. 1–18.
- Kardiyono. (2017). Pengaruh Latihan Uphill Terhadap Hasil Akselerasi 30 Meter Club Atletik Gelagah Wangi Demak. 1–10.
- Luxbacher, J. A. (2011). *Sepakbola*. PT Raja Grafindo Persada.
- Martin, J. (2012). *The best of soccer*. Meyer & Meyer Sport.
- Maulana, C., Rustiawan, H., & Maryati, S. (2021). Dampak Latihan *Simple Circuit* Dan *Running Circuit* Terhadap peningkatan Daya Tahan Kardiovaskular Dan Kelelahan.
- Muhajir. (2016). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk SMA Kelas X*. Erlangga.
- Myrza Akbari, Dli, F., & Widiastuti. (2017). *The Effect At Muscle Power Arm, Hand-Eye Coordination, Flexibility And Self Confidence Upon Badminton Smash Skill*. 5, 1–14.
- Prayuda, A. Y., & Firmansyah, G. (2017). Pengaruh Latihan Lari 12 Menit Dan Lari Bolabalik Terhadap Peningkatan Daya Tahan Vo2max. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(1). <https://doi.org/10.33503/jpjok.V1i1.247>
- Rochman, I. F. (2020). Terhadap Peningkatan *Vo2Max* Dan Daya Tahan Kardiovaskuler Atlet Lari 10 K Anggota Menwa. 6211413104.

- Sener, I., & A., K. (2015). *Rules Of The Games: Strategy In Football Industry. Procedia-Social And Behavioral Sciences*.
- Soekatamsi. (2015). *Permainan Besar I (Sepak Bola)*. Universitas Terbuka.
- Sucipto. (2000). *Sepak Bola*. Depdikbud Dirjendikti.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.
- Sukadiyanto & Dangsina Muluk. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*.
- Ueberroth, P. ., & Defrantz, A. . (2012). *Soccer Coaching Manual. United States La84 Foundation*.
- Watson, S. (2015). *Football Coaching Manual. Footy Kids*.