

Daftar Pustaka

- Abnasih. 2011. Hubungan Antara Panjang Tungkai terhadap Kecepatan Lari Cepat 60 Meter pada Siswa Kelas IV dan V di SD Negeri Serutsadang dan SD Negeri Pulorejo 02 Kecamatan Winong Kabupaten Pati Tahun Pelajaran 2010/2011 [Skripsi]. Semarang: Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Agung, M. R. 2013. *Physiologi of Fitness*. London: Physical Therapy.
- Amin, A. A. 2014. *Aspek Kinesiologi pada Pelari Sprint*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Anam, K., Subiyono, H.S., dan Sugiharto. 2012. Kekuatan Otot, Kecepatan Gerak, dan Panjang Tungkai dalam Tendangan Jarak Jauh. *Journal of Sport Science and Fitness*. Vol 1: 2252-6528.
- Anindito, F. 2014. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Keterampilan Sepakbola. *Journal of Sport Science and Fitness*. Vol 1:(1).
- Asmara, H. R. W. 2015. Pengaruh Latihan Lari *Zig-Zag* terhadap Kemampuan Menggiring dalam Permainan Sepakbola Peserta Ekstrakurikuler di SMP Negeri 3 Sentolo Kulon Progo [Skripsi]. Yogyakarta: Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Budiarto, E. 2012. *Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Carr, G. A. 2003. *Atletik untuk Sekolah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dahlan, S. M. 2014. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- Daniels dan Worthingham. 2010. *Muscle Testing*. United States of America: Saunders Company
- Fauzi, F. 2013. *Tingkat Keterampilan Bermain Sepakbola Siswa SSB Bina Nusantara Kabupaten Klaten*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fletcher. 2009. Biomechanical Aspects of Sprint Running. *UKSCA, Issue 16*.

- Hidayat, A. 2015. *Kontribusi Daya Ledak Otot Tungksi terhadap Kemampuan Lari 100 Meter Mahasiswa Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Huda, K., Subiyono, H. S., dan Sutardji. 2012. Sumbangan Kecepatan, Berat Badan, Daya Ledak terhadap Lompat Jauh. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol 1: 2252-6528.
- Huldani. 2008. Perbedaan VO2 Max antara Siswa yang Latihan Sepakbola dengan yang Tidak Latihan Sepakbola di Pondok Pesantren Darul Hijrah. *Jurnal Elektronik CDK*. Vol 35, No. 7, Hal. 394-395.
- Jibriel, K. 2013. *Hubungan Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai, dan Kelentukan Pergelangan Kaki terhadap Tendangan Jarak Jauh Pemain U-15 SSB Tunas Muda Banyubiru Kab. Semarang Tahun 2012* [Skripsi]. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Khoiruddin, A. M. 2015. Pengembangan Alat Ukur Tinggi Badan dan Berat Badan Digital yang Terintegrasi. [Skripsi]. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Negeri Yogyakarta.
- Kisner, C. dan Colby, L. A. 2007. *Therapeutic Exercise Foundation and Techniques*. 5th ed. FA Darwis Company. Philadelphia.
- Kurniasih, A. 2015. *Upaya Meningkatkan Hasil Lari Sprint 100 Meter Melalui Latihan Interval Training Siswa Kelas X5 Sekolah Menengah Atas 2 Luabai, Kabupaten Muara Enim*. Palembang: Universitas Bina Darma.
- Kurniawan, D., Nurrochmah, S., dan Paulina, F. 2016. Hubungan antara Kecepatan Lari dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepakbola pada Siswa Usia 13-14 Tahun SSB Unibraw 82 Malang. *Pendidikan Jasmani*. Vol.26:2.
- Kuswana, W. S. 2015. *Antropometri Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Masrip. 2007. Hubungan Kecepatan Lari 100 Meter Panjang Tungkai dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Prestasi Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Kelas VIII Putra SMP Islam Karangpucung Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 2006/2007 [Skripsi]. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Moeloek, D. dan Tjokronegoro, A. 2013. *Kesehatan dan Olahraga*. Jakarta: FKUI.
- Muhajir, M. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Galian Indonesia Printing.

- Muhamad, M. 2010. Hubungan Antara Kecepatan Lari 100 Meter dengan Hasil Lompatan pada Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa SMP Negeri 16 Kota Bekasi. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol 1:1
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Pradana, A. A. 2013. Kontribusi Tinggi Badan, Berat Badan, dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Lari Cepat (*Sprint*) 100 Meter Putra. *Artikel –Journal Kesehatan Olahraga*: Universitas Negeri Surabaya.
- Prasetya, M. M. 2010. Hubungan Ukuran Panjang Tungkai dengan Kemampuan *Dribbling* Sepakbola Usia 12-14 Tahun Lembaga Pendidikan Sepakbola Putra Wonogiri Tahun 2010 [*Skripsi*]. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Purnama, E. 2007. *Pedoman Mengajar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rahmat, Z. 2014. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Berjalan di Udara pada Siswa Kelas X SMA Negeri 11 Banda Aceh. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol 2: 2355-0058.
- Rudiyanto. 2012. Hubungan Berat Badan Tinggi Badan dan Panjang Tungkai dengan Kelincahan. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Saputra, N. 2013. Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Lari dan Ketepatan Tendangan terhadap Hasil Tendangan Kearah Gawang Pada Klub Sepakbola Persilang Divisi II Liga Jepara. [*Skripsi*]. Semarang: Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Septadina, I. S., Irfannudin, Saleh, I., dan Mujahidin. 2016. Hubungan antara Tipe Tubuh dengan Kelincahan dan Kecepatan Gerak pada Anak Usia 10-12 Tahun. *Forum Penelitian*. Vol 1: 1.
- Setyawan, A. N. 2015. Perbedaan Pengaruh Latihan *Plyometrics* dan Berat Badan terhadap Peningkatan Prestasi Lompat Jauh. *Jurnal Ilmiah SPIRIT ISSN*. Vol 15: 1411-8319.
- Soeharsono. 2005. *Aplikasi Praktis Biomekanika dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sorongan, C. H., Rumampuk, J., dan Lintong, F. 2010. Hubungan Panjang Tungkai dengan Kecepatan Berjalan pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Manado. *Jurnal Ilmiah*. Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

- Suharno, H. P. 2002. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta. FPOK IKIP: Yogyakarta.
- Tank, P. W. dan Gest, T. R. 2009. *Atlas Anatomi*. Jakarta: Erlangga.
- Widodo, C. S., Waluyo, M., dan Nugroho, P. 2014. Perbedaan Latihan Lari Cepat Ditambah Latihan *Double Leg Bound* dan *Alternate Leg Bound* Terhadap Kecepatan Lari 50 Meter pada Pelari Pemula. *Journal of Sport Science and Fitness ISSN*. Vol 2: 2252-6528.
- Zainurid. 2011. Analisis Beban Latihan Fisik Pemain Sepakbola di Klub Sepakbola “Goden Boys” Bedali-Lawang Kabupaten Malang. [*Skripsi*]. Malang: Program Studi Gelar Ganda Jurusan Ilmu Keolahragaan FIP Universitas Negeri Malang.