

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, B. P., Sugiharto and Soenyoto, T. (2017) 'Pengaruh Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai', *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), pp. 7–13. Available at: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17315>.
- Alica, D. R. and Afrizal (2019) 'Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Footwork Atlet Bulutangkis', *Jurnal Patriot*, Vol 1 No 2(2018), pp. 493–507.
- Arifin, S. (2017) 'Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik', *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 16(1). doi: 10.20527/multilateral.v16i1.3666.
- Asnaldi, A. (2016) 'Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis', *Jurnal MensSana*, 1(2), p. 20. doi: 10.24036/jm.v1i2.51.
- Aziz, I. (2016). *Dasar-Dasar Penelitian Olahraga*. Jakarta: Kencana.
- B., Ariyanto, T., Sugiharto, and Hidayah, T. (2014) 'Pengaruh Metode Latihan Terpusat dan Acak Terhadap Ketepatan Dropshot Pemain Bulutangkis PB. Rahmat Pati 2013', *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 8(1), p. 15–22. <https://scholar.archive.org/work/gprk46f7arfoxcty7vgejjgbai/access/wayback/https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/download/6218/4692>.
- Bafirman and Wahyuri, A. S. (2019) *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Bompa, T. and Buzzichelli, C. (2015) *Periodization Training for Sports-3rd Edition*. Available at: <https://books.google.com/books?id=Zb7GoAEACAAJ&pgis=1>.
- Bompa, T.O., and Buzzichelli, C.A. (2022) *Periodization of Strength Training for Sport*. Dubuque, Iowa: Human Kinetics Publishers.
- Edmizal, E. and Maifitri, F. (2021) 'Pelatihan Tentang Kondisi Fisik Cabang Olahraga Bulutangkis Bagi Pelatih Bulutangkis Se Kota Padang', *Jurnal Berkarya, Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), pp. 32–37.
- Fawzi, O. S. and Jayadi, I. (2018) 'Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Tinggi Lompatan, Kecepatan, Dan Kelincahan Pada Pemain Bulutangkis (Studi Pada Ekstrakurikuler Sman 13 Surabaya)', *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(1), pp. 1–7. Available at: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/23030>.
- Festiawan, R. *et al.* (2020) 'High intensity interval training dan fartlek training: Pengaruhnya terhadap tingkat VO2 Max', *Jurnal Keolahragaan*, 8(1), pp. 9–20. doi: 10.21831/jk.v8i1.31076.
- Ghozali, I. (2022) *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25*

*Edisi 9. Universitas Diponegoro edition.*

- Hamid, A. and Aminuddin, M. (2019) 'Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Agility Pada Pemain Bulutangkis Pbsi Tanah Laut Usia 12-15', *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 18(1), pp. 51–55. doi: 10.20527/multilateral.v18i1.6568.
- Hartanto, D., Amrullah, R. and Sastaman, P. (2017) 'Perbedaan Pengaruh Latihan Massed Practice , Distributed Practice , dan Koordinasi Matakaki Terhadap Kemampuan Passing Mendatar sepakbola', *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), pp. 33–41.
- Heryana, A. (2020) 'Mengenal Uji Statistik Non Parametrik', *GamaStatistika*, (May). doi: 10.13140/RG.2.2.33332.48000
- Ismail, F. P., Arwin, A. and Sugihartono, T. (2017) 'Perbedaan Latihan Naik Turun Tangga Tunggal (Satu Tangga) Dengan Naik Turun Tangga Jamak (Enam Tangga) Terhadap Kemampuan Lari Sprint 60 Meter Siswa Kelas V Sd Negeri 69 Kota Bengkulu', *Kinestetik*, 1(1), pp. 6–13. doi: 10.33369/jk.v1i1.3369.
- Islamiah, S., and Sepdanius, E. (2019). 'Pengaruh Latihan Footwork dan Latihan Shadow Terhadap Agility Pada Atlet Putra Persatuan Bulutangkis Illverd', *Jurnal Stamina*, 2(6), pp. 54–64.
- Kardani, G. and Rustiawan, H. (2020) 'Perbandingan Hasil Latihan Lari Shuttle Run Dengan Latihan Shadow Terhadap Kelincahan Footwork Pada Cabang Olahraga Bulutangkis', *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), p. 105. Available at: <https://doi.org/10.25157/jkor.v6i2.4935>.
- Karatnyk, I. V. *et al.* (2016) 'Perfection of badminton players' speed-power fitness with the help of training means' variable modules', *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 20(3), pp. 18–25. doi: 10.15561/18189172.2016.0303.
- Karyono, H. T. (2014) *Mengenal Olahraga Bulu Tangkis Tahapan Menuju Kemajuan*. Yogyakarta: Thema Publishing.
- Khoiruzi, A. H. (2022) 'Metode Latihan Dasar Passing Aktif Dan Pasif Dalam Meningkatkan Keterampilan Pada Ekstrakurikuler Futsal', *Jurnal Edukasimu*, 2(2), pp. 1–9. Available at: <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/80%0Ahttp://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/download/80/83>.
- Kusuma, G. N. A. (2013) 'Pengaruh pelatihan bayangan (Shadow) Bulutangkis Terhadap Peningkatan Kelincahan dan Kecepatan Reaksi', *Jurnal Pendidikan*, 05(1), pp. 1–8.
- Kusuma, I. J., Ngadiman, Bayu, S. W., and Rifqi, F. (2020) *Pedoman Praktikum Mata Kuliah Bulutangkis*. Purwokerto: Universitas Jenderal Soedirman.
- Limbong, D. M. (2021) 'Pengaruh Latihan dengan Lampu Reaksi dan Shuttlerun Terhadap Kelincahan Gerak Kaki (Footwork) Atlet Bulutangkis PB. Tj Prestasi Tebo', *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 03(02), pp. 68–74.

Available at: <https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>.

- Mackenzie, B. (2000) *Illinois Agility Run Test*. 1–5. <http://www.brianmac.co.uk/illinois.htm>.
- Mahfud, I., Gumantan, A. and Nugroho, R. A. (2020) ‘Pelatihan Pembinaan Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga’, *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), p. 56. doi: 10.31851/dedikasi.v3i1.5374.
- Natal, Y. R. (2020) ‘Kebijakan Pemerintah Tentang Penyediaan Sarana Dan Prasarana Olahraga Pendidikan Di Smp Negeri Se-Kecamatan Bajawa’, *IMEDTECH (Instructional Media, Design and Technology)*, 4(1), p. 22. doi: 10.38048/imedtech.v4i1.222.
- Ngatman, and Andriyani, D. F. (2017) *Tes dan Pengukuran untuk Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Yogyakarta: Fadilatama.
- Nurhasan. (2000) *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Perdana, A. A. O. and Lumintuarso, R. (2015) ‘Metode Kelincahan Kids Athletics’, *Jurnal Pedagogi Olahraga dan Kesehatan*, 1(2), pp. 64–74.
- Permendikbud, 2014. (2014) ‘Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 Tentang Pendidikan Kepramukaan Sebagai Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah’, *Permendikbud No 63 Tahun 2014*, 53(9), pp. 1689–1699. Available at: [www.journal.uta45jakarta.ac.id](http://www.journal.uta45jakarta.ac.id).
- Prasetyo, E., Setyawan, A. and Citrawati, T. (2019) ‘Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas III SDN Buluh 2’, *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro*, 1(1), pp. 76–82. Available at: <https://prosiding.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/Prosiding/article/view/1015>.
- Putra, A. K., Ramadi, and Nita Wijayanti, N. P. (2018) ‘The Effect of Footwork for Agility At Men Athlete of Persatuan Bulutangkis Mandiri Pekanbaru U-15’, *Jurnal Online Mahasiswa*, 4(1), pp. 1–8. Available at: <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFKIP/article/view/14108/13667>.
- Qalbi, I., Abdurrahman, and Bustamam. (2017) ‘Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Kemampuan Servis Pendek Pada Atlet Ukm Bulutangkis Unsyiah Tahun 2016’, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 3(1), pp. 47-60.
- Rifai, A., Bustomi, D., and Hambali, S. (2020) ‘Perbandingan Latihan Footwork dan Shadow Terhadap Kelincahan Atlet Tim Bulutangkis Pb. Setia Putra’, *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)*, 5(1), pp. 25–31. doi: 10.36526/kejaora.v5i1.848.
- Saharullah, H. (2012) *Metodologi Kepelatihan Olahraga, Revista Brasileira de Linguística Aplicada*. Available at:

<https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseyonsociety.com/downloads/reports/Educa>.

Sin, T. H. (2017) 'Disiplin Atlet Dalam Latihan', *Sporta Saintika*, 2(1), pp. 240–251. Available at: <http://sportasaintika.ppj.unp.ac.id/index.php/sporta/article/download/46/18/>.

Sugiyono. (2022) *Model Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabet.

Sukendro. (2018) *Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jambi: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Jambi.

Suliyanto. (2018) *Metode Penelitian Bisnis untuk Skripsi, Tesis, & Disertasi*. Yogyakarta: Andi

Supriyoko, A. and Mahardika, W. (2018) 'Kondisi Fisik Atlet Anggar Kota Surakarta', *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), p. 280. doi: 10.29407/js\_unpgri.v4i2.12540.

Usmadi, U. (2020) 'Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas)', *Inovasi Pendidikan*, 7(1), pp. 50–62. doi: 10.31869/ip.v7i1.2281.

UU No 11 Tahun 2022. (2022) 'Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan', *UU No 11*, pp. 1–89. Available at: Undang-undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022.

Wafil, A. and Hidayat, T. (2014) 'Perbandingan Metode Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Hasil Belajar Sepak Sila (Studi pada Siswa Kelas V SDN Sambikerep 2 Surabaya)', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 02(2338–798X), pp. 436–443.

Yousif, B. F. and Yeh, K. S. (2011) 'Badminton Training Machine With Impact Mechanism', *Journal of Engineering Science and Technology*, 6(1), pp. 61–68.

Zarwan, Z. and Hardiansyah, S. (2019) 'Penyusunan Program Latihan Bulutangkis Usia Sekolah Dasar Bagi Guru PJOK', *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 2(1), pp. 12–17.