

DAFTAR PUSTAKA

- Aryantara, E., Kurniawan, W. R., & Setiawan, R. (2024). Model Latihan Tendangan Mawashi Geri Menggunakan Media Gawang Untuk Siswa Ekstrakurikuler Karate di Smp Kabupaten Demak. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5(1), 287–296. <https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes>
- Cahyo, J., Waluyo, M., & Rahayu, S. (2012). Pengaruh Latihan Lompat Kijang Terhadap Kecepatan Lari. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 1(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jssf.v1i1.207>
- Djafar, R., Lamusu, A., & Lamusu, D. Z. (2024). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kecepatan Ushiro Geri pada Kenshi Dojo Sport Center Kabupaten Gorontalo. *Jambura Arena Sport*, 1(1), 7–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.37905/jas.v1i1.24041>
- Fandayani, w. (2019). Analisis Teknik Tendangan Dominan Terhadap Perolehan Poin Pada Pertandingan Kumite Cabang Olahraga Karate. *Ejournal Upi Education*, 11(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jko-upi.v11i1.16782>
- Felix, M. H. B., & Muzaffar, A. (2021). Analisis Keterampilan Pukulan Gyaku Tsuki Ketika Kumite Pada Atlet Senior Jambi Karate Club. *Jurnal Pion*, 1(1), 25–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/jp.v1i1.18096>
- Firdaus, B., Andrias, A. H., Indira Romanti Aulia, W., & Ahdiyani, W. (2022). Perencanaan Pusat Pelatihan Atlit Bela Diri Dengan Pendekatan Arsitektur Ekologi Di Kota Kendari. *Jurnal Mahasiswa Jurusan Arsitektur*, 7(2), 2503–3344.
- Hasan, A. M., Simanjuntak, V., & Puspa, H. F. (2018). Pengaruh Latihan Menggunakan Media Kursi Terhadap Tendangan Mawashi Geri Beladiri Karate. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.26418/jppk.v7i4.24843>
- Ihsan, N. (2018). Sumbangan Konsentrasi terhadap Kecepatan Tendangan Pencak Silat. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/miki.v8i1.11873>
- Lamusu, A., & Lamusu, Z. A. (2020). Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Mawasi Geri Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 6(3), 365. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37905/aksara.6.3.365-376.2020>
- Mansur, L. K., Irianto, J. P., & Mansur, M. (2018). Pengaruh latihan squat menggunakan free weight dan gym machine terhadap kekuatan, power, dan hypertrophy otot. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 150–161. <https://doi.org/10.21831/jk.v6i2.16516>

- Manullang, G. jujur. (2016). Hubungan Power Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Mawashi Geri Chudan Pada Karateka Dojo Capital. *Wahana Didaktika*, 14(1), 108–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v14i1.569>
- Matitaputty, J. (2019). Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Pemain Futsal Junior Fc Patriot Penjaskesrek Unpatti Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 5(2). <https://doi.org/10.5281/zenodo.2781801>
- Matutu, N. O., Nurliani, & Fahrizal. (2019). Kontribusi Kecepatan Reaksi Tangan Dan Ketepatan Terhadap Kemampuan Pukulan Giaku Tsuki Pada Cabang Olahraga Karate Inkado Di Ranting Kota Makassar. In *E- Jurnal Olahraga Karate*. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/15938>
- Ningsih, A., Rusli, M., Sawali, L., Kesehatan, J. P., & Rekreasi, D. (2023). Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Tendangan Mawashi Geri Atlet Karate Inkanas Ranting Smk Negeri 3 Baubau. *Journal Olympic*, 3(1), 48–57. <https://doi.org/https://doi.org/10.36709/jolympic.v3i1>
- Nurhadi, M. D. A., Habibi, H. W., & Resty, G. (2023). Analisis Biomekanika Gerakan Karate Teknik Tendangan Mawashi Geri. *JURNAL ARENA OLAHRAGA SILAMPARI*, 3(2), 35–40. <https://doi.org/https://doi.org/10.31540/jaos.v3i2.2788>
- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei Kondisi Fisik Atlet Pada Berbagai Cabang Olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 161–170.
- Pujianto, A. (2015). Profil Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Tenis Meja Usia Dini Di Kota Semarang. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(1), 38–42. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jpehs.v2i1.3941>
- Purba, H. P. (2019). Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kecepatan Tendangan Mawashi Geri. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 1(1), 47–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.37311/jjsc.v1i1.2014>
- Purba, P. hotliber. (2017). Hubungan Kelentukan Dan Kelincahan Terhadap Kecepatan Tendangan Mawashi Gery Chudan Pada Karateka Perguruan Wadokai Dojo Unimed. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jp.v1i1>
- Rahayu, M., & Barlian, E. (2021). Hubungan Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Dan Kelentukan Togok Dengan Tendangan Mawashi Geri Atlet Shorinji Kempo. *Prosport: Proklamator Sport*, 1(1), 1–6.
- Ridwan, M. (2021). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 65–72. <https://doi.org/10.24036/kepel.v5i1.142>
- Rudi, R. (2021). Olahraga Kebugaran Dan Kesehatan Dalam Perspektif Islam. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Islam Usia Dini*, 3(2), 64–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.52266/pelanggi.v3i2.677>

- Sepriadi. (2018). Kontribusi Power Otot Tungkai dan Keseimbangan terhadap Tendangan Mawashi Geri Atlit Kempo. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(2), 33–35. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/miki.v8i2.14986>
- Sihombing, H. S., Sinulingga, A., Bangun, S. T., & Siregar, Y. I. (2023). The Contribution Of Flexibility And Strength Training To The Results Of Mawashi Geri's Kicks In Padangsidempuan Male Athletes. *Kinestetik. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(4), 1064–1071. <https://doi.org/10.33369/jk.v8i1.32474>
- Soekardi. (2015). *Filsafat Olah Raga*. Maseifa Jendela Ilmu.
- sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D, dan Penelitian Pendidikan)*. . Penerbit CV. Alfabeta.
- Susanto, D. M., & Lesmana, H. S. (2020). Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 2(3), 692–704. <https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.660>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Lembar Negara Republik Indonesia (2005).
- Wahyudi, M. R., Atika Yulianti, & Ali Multazam. (2024). Comparative Analysis of Lower Limb Muscle Strength Based on Gender and Children Aged 10-12 Year at Muhammadiyah Elementary School 08 Dau. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 7(1), 69–76. <https://doi.org/10.35451/jkf.v7i1.2189>
- Waluyo, I., Prasetyo Adhi, W., & Arsyad, N. (2013). Perbedaan Kemampuan Fleksibilitas Sit And Reach Test Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Penyakit Sendi Dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (Rlpp) Pada Usia 15-59 Tahun Di Kelurahan Duren Sawit Jakarta Timur. *Jurnal Fisioterapi Binawan*, 3(2), 44–46.
- Wirendi, A., Hasrat, A., & Abu, B. (2021). Hubungan Kelentukan Dan Kecepatan Dengan Tendangan Mawashi Geri Pada Atlet Karate Kabupaten Banggai. *Babasal Sport Education Journal*, 2(2). <https://doi.org/https://www.doi.org/>
- Yunaisih, R., & Amrulloh, A. (2024). Analisis Kondisi Fisik Atlet Beladiri Karate Kelas Kata Di Dojo Semeru Karate Kids Kota Semarang. *Journal of Sport Science and Tourism Activity*, 3(2), 69–76. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.62870/josita.v3i2.28676>
- Yusuf, A. M. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Penelitian Gabungan*.