

DAFTAR PUSTAKA

- Budiwanto, S. 2012, *Metodologi Latihan Olahraga*, FIK UNM, Malang.
- Dewanti, G 2015, ‘Hubungan panjang tungkai, power dan kekuatan tungkai terhadap kemampuan short pass sepakbola pada siswa kelas vii smp negeri 3 pakem kabupaten sleman;’, *Skripsi*, FIK UNY, Yogyakarta.
- FORKI. 2019, *Peraturan Pertandingan Karate*, diakses 19 Juni 2020, <https://ppinkai.org/wp-content/uploads/2019/02/WKF-RULES-2019-VER-INDONESIA.pdf>.
- Gay, LR, Geoffrey E. Mills and Peter Airasian. 2009, *Educational Research, Competencies for Analysis and Application*. New Jersey, Pearson Education, Inc.
- Hadjarati, H 2008, ‘Pembinaan klub olahraga karate di kota gorontalo’, *Tesis*, Pendidikan Olahraga UNNES, Semarang.
- Hasrun, A 2018, ‘Teknik dasar gerakan karate di internasional black panther karate indonesia berbasis android’, *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Alauddin, Makassar.
- Hidayat, S. 2014, *Pelatihan Olahraga*, 1, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Irianto, D P. 2002, *Dasar Kepelatihan*, FIK UNY, Yogyakarta.
- Irianto, D P. 2018, *Dasar-Dasar Latihan Olahraga Untuk Menjadi Atlet Juara*, Pohon Cahaya, Yogyakarta.
- Irmayanti, 2019, ‘Kontribusi kecepatan reaksi tangan dan kekuatan otot lengan terhadap kecepatan pukulan gyaku tsuki chudan pada karateka ranting inkanas unm’, *Jurnal UNM*, pp. 1-10.
- Ismaryati. 2006, *Tes & Pengukuran Olahraga*, LPP UNS dan UNS Press, Surakarta
- Jibriel, K 2013, ‘Hubungan panjang tungkai, kekuatan otot tungkai, dan kelentukan pergelangan kaki terhadap tendangan jarak jauh pemain u-15 ssb tunas muda banyubirukab. Semarang tahun 2012’, *Skripsi*, FIK Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Maidarman 2016, ‘Kontribusi kekuatan otot tungkai, kelentukan pinggang terhadap kemampuan start renang gaya kupu-kupu pada mahasiswa’, *Jurnal Performa Olahraga*, vol. 1, No. 02, pp. 147-156.
- Manullang, J G 2014, ‘Pengaruh metode latihan dan power lengan terhadap kecepatan pukulan gyaku tsuki chudan pada cabang olahraga karate dojo

- khusus unimed’, *Jurnal of Physical Education and Sports*, vol. 3, no. 2, no. pp. 103-109.
- Manullang, J G 2017, ‘Hubungan kelentukan sendi panggul dengan Kemampuan tendangan mawashi geri dalam olahraga beladiri karate di sma fitra abdi palembang’, *Jurnal Prestasi*, vol.1, no.2, pp. 41-46.
- Pangestuti, P 2017, ‘Hubungan antara panjang tungkai, berat badan, tinggi badan, dan lingkar paha dengan hasil lompat jauh’, *Jurnal Penjaskesrek*, vol. 5, no. 1.
- Pranata, D L., Yarmani., & Sugihartono, T 2019, ‘pengaruh latihan karet ban terhadap kecepatan pukulan kumite gyaku tzuki untuk atlet inkanas kota bengkulu’, *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, vol. 3, no. 1, pp 51-56
- Pratomo, B A 2010, ‘The way of shotokan karate-do’, *Article*, Jakarta.
- Purba, P H 2014, ‘Perbedaan pengaruh latihan decline push-up dengan latihan stall bars hops terhadap power otot lengan dan kecepatan pukulan gyaku tsuki chudan pada atlet putra karateka wadokai dojo unimed tahun 2013’, *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, vol. 13, no. 1, pp 23-33.
- Purnama, A D 2016, ‘Survei kemampuan penguasaan teknik dasar karate di dojo smk irma pekalongan tahun 2016’, *Skripsi*, FIK UNNES, Semarang.
- Sayyd, et al 2019, ‘Eye-hand coordination of skill gyaku tsuki karateka gokasi’, *Journal of Kinesiology and Physical Education*, vol. 1, no. 2, pp 27-35.
- Simanjuntak dan Dinata M, *Teknik Dasar Karate* Jakarta:Cerdas Jaya, 2004.
- Setyawan, TA 2016, ‘Pengembangan tes kemampuan fisik bola baske tsiswa sma putra di provinsi daerah istimewa yogyakarta’, *Jurnal Keolahragaan*, vol. 4 no. 1, pp 85-97.
- Sugiyono. 2016, *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*, 23, Alfabeta, Bandung.
- Tampubolon, T P 2016, ‘Hubungan kelentukan dan kelincahan terhadap kecepatan tendangan mawashi gery chudan pada karateka perguruan wadokai dojo gor sidikalang tahun 2016’, *Skripsi*, FIK UNM, Medan.
- Tumbal, M L 2011, ‘Perbandingan front cone hops dan iliteral cone hops terhadap peiyingkatan kekuatan otot ttingkai pada olahraga karate’, *Jurnal Health & Sport*, vol. 2, no. 1, pp 67-126.
- Utomo, A W M 2017, ‘Hubungan antara kekuatan otot tungkai, perut dan lengan terhadap kecepatan pukulan gyaku tsuki’, *Skripsi*, UNESA, Surabaya.

Wiwoho, H A 2014, ‘Profil kondisi fisik siswa ekstrakurikuler bola basket putra sma n 02 ungaran tahun 2012’, *Journal of Sport Science and Fitness*, vol. 3, no. 1, pp 44-48.

Yudhistira, D 2019, ‘Pengaruh latihan target tetap dan bergerak terhadap ketepatan pukulan gyaku-tsuki pada atlet karate amura DIY’, *Skripsi*, FIK UNY, Yogyakarta.

