

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Lamusu, Z. L. (2020). LATIHAN KEKUATAN OTOT PERUT TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN KAYANG. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 40.
- Andi Anshari Bausad, A. Y. (2020 : 571). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo₂max Atlet Futsal Putra UNDIKMA. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 571.
- Candra, J. (2021). *PENCAK SILAT*. Jogjakarta: CV BUDI UTAMA.
- Cucu Sundara, Y. M. (2020). KONDISI FISIK ATLET PENCAK SILAT PPLP JAWA BARAT. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 74-82.
- Desy Anggar Aditia. (2015). SURVEI PENERAPAN NILAI-NILAI POSITIF OLAHRAGA DALAM INTERAKSI SOSIAL ANTAR SISWA DI SMA NEGERI SE-KABUPATEN WONOSOBO TAHUN 2014/2015. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2252.
- Fardi, A. (2020). METODE CIRCUIT TRAINING DALAM PENINGKATAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN DAYA LEDAK OTOT LENGAN BAGI ATLET BOLA BASKET. *Jurnal Patriot*, 682.
- Hayati, Z. (2023). Urgensitas Olahraga Dalam Islam. *Sport Science: Jurnal Sains Olahraga dan Pendidikan Jasmani*, 3.
- jonika Trishandra, M. r. (2022). PENGARUH LATIHAN CIRCUIT TRAINING TERHADAP KONDISI FISIK ATLET DALAM OLAHRAGA

SEPAKBOLA PADA KLUB PS DEBAI KOTA SUNGAI PENUH. *Jurnal Muara Olahraga*, 11-18.

Moh. Ferry Robiansyah, F. A. (2018). Pengembangan Model Latihan (Circuit Training) Dalam Permainan Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 40.

Nur Ahmad Muharram, P. (2020 : 42). PENGEMBANGAN BUKU TEKNIK DASAR TAEKWONDO BERBASIS MOBILE LEARNING DAN MODEL TES KETERAMPILAN TENDANGAN AP HURIGI PADA ATLET TAEKWONDO KOTA KEDIRI. *Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*, 42.

Prima Yoga Nanta, H. W. (2022). PENGARUH CIRCUIT TRAINING TERHADAP KONDISI FISIK ATLET SILAT REMAJA PPS JOKOTOLE BANGKALAN PADA MASA COVID-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 106.

Putra, A. P. (2023). ANALISIS PELAKSANAAN PROGRAM LATIHAN PADA CABANG OLAHRAGA SEPAK BOLA BUANA SAMUDRA KOTA BENGKULU. *Educative Sportive*, 3.

Rafael J. Tambuwun, F. L. (2020 : 122). Pengaruh Latihan Push-up terhadap Massa Otot Triceps Pria. *eBiomedik*, 122-127.

Renalda Anggil Urbaningrum, A. F. (2023). Pengaruh Circuit Training Terhadap Kelincahan Atlet Pencak Silat. *Jurnal PHYSIOHS*, 52-57.

- Ridwan, M. (2020 : 94). Kondisi Fisik Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kota Padang . *JURNAL PERFORMA OLAHRAGA* , 94-100.
- Ruslan. (2011). MENINGKATKAN KONDISI FISIK ATLET PUSAT PENDIDIKAN DAN LATIHAN OLAHRAGA PELAJAR (PPLP) DI PROVINSI KALIMANTAN TIMUR. *Jurnal ILARA*, 45.
- Syaranamual, J. (2013 : 26). PENGARUH CIRCUIT TRAINNING TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA PUTRA KELAS V SEKOLAH DASAR NEGERI 2 ITAWAKA SAPARUA. *Logika, Volume 11. Nomor 1 Mei 2013*, 26.
- Taufik Rihatno, S. R. (2019 : 6). PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KEKUATAN OTOT LENGAN PADA CABANG OLAHRAGA SOFTBALL. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6.
- Tsultsi Mihmidati, Achmad Rizanul Wahyudi. (2021). PENGARUH LATIHAN AGILITY LADDER DRILL TERHADAP KELINCAHAN TENDANGAN SABIT PENCAK SILAT PAGAR NUSA. *e- journal UNESA*, 62.