

## DAFTAR PUSTAKA

- Andibowo, Teguh Sudarsono & Ikhwan. (2021). *Implikasi Penggunaan Metode Latihan Teknik Dasar Karate INKAI Wonogiri*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol. 2 No. 1
- Aprizal. (2014). *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Budiwanto, Setyo. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
- Chan, Farid Rusdi & Ishak Aziz. (2020). *Motivasi Atlet Pencak Silat Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP)*. Jurnal Patriot, Vol. 2 No. 1
- Irwandi. (2020). *Pengaruhnya Circuit Training Terhadap Kelincahan dalam Olahraga Karate KKI Dojo Darul Ulum Banda Aceh Tahun 2019/2020. I*, 56–64.
- Nastiti, Dewi. (2011). *Menjadi Karateka*. Jakarta: Be Champion
- Purba, Pangondian Hotliber. (2015). *Pembelajaran Kihon Dalam Olahraga Beladiri Karate*. Vol. 14 No. 2
- Rudianto, Dody (2010). *Seni Beladiri Karate*. Jakarta: Golden Terayon Press
- Samsu. (2017). *Metode Penelitian*. Jambi: PUSAKA
- Setiawan, Andi dan Moh. Agung Setiabudi. (2016). *Pengaruh Penggunaan Rompi Berbeban Terhadap Gerakan Dasar (Kihon) Karate Zenkutsudachi Pada Atlet Sekolah Karate Dojo Satria Banyuwangi*. Jurnal: Kejora. Vol. 1 No.2

- Simbolon, Bermanhot. (2013). *Latihan dan Melatih Karateka*. Medan: Griya Pustaka
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: IKAPI
- Syamsul Taufik, M., Hazami, F., Widiastuti, W., & Hermawan, I. (2022). Model Latihan Balance Berbasis Swiss Ball Terhadap Karateka U-21. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 43. <https://doi.org/10.26418/jilo.v5i1.52457>
- Widana, Wayan & Putu Lia Muliani. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Lumajang: Klik Media
- Widiaastuti. (2011). *Tes & Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Bumi Timur Jaya