

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung Nugroho. 2004. *Tes Keterampilan Pencak Silat Untuk Mahasiswa FPOK IKIP Yogyakarta*. Yogyakarta: Lemlit IKIP Yogyakarta
- Amjad dan Silvia Mega N. 2016. *Teori dan Praktek Pencak Silat*. Malang: IKIP BUDI UTOMO MALANG
- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Stastistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Billah, T. R., & Irawan, F. A. (2021). Tendangan Kuda Atlet Kategori Seni Tunggal Pencak Silat: Analisis Biomekanika. *Journal of Sport Education (JOPE)*, Vol.3(No.2), pp.63-74.
- Dahlan, F. (2008). Meningkatkan VO<sub>2</sub>max Melalui Latihan Pencak silat Pada Warga Lansia Di Kota Palopo Vol. 4, No. 1.
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat | Ediyono | Panggung. *Panggung*, 29(3), 300–313. <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/1014/638>
- Hartati, H., Destriana, D., & Junior, M. (2019). Latihan Dot Drill One Foot Terhadap Kelincahan Tendangan Sabit Dalam Ekstrakurikuler Pencak Silat. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8486>
- Hausal, H., Lubis, J., & Puspitorini, W. (2018). Model Latihan Teknik Dasar Serangan Tungkai. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Adaptif*, 1(02).
- Hidayat, S., & Haryanto, A. I. (2021). Pengembangan Tes Kelincahan Tendangan Pencak Silat. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(2). <https://doi.org/10.37311/jjsc.v3i2.11338>
- Hidayat, Roni. 2011. *Seri Beladiri: Pencak Silat*. Bogor: PT. Regina Eka Utama
- Johansyah Lubis dan Hendro Wardoyo. (2014). *Pencak Silat*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

- Johansyah. 2014. *Pencak Silat Panduan Praktis*. Surakarta : UNS Press.
- Kholis, M. N. (2016). Aplikasi Nilai-Nilai Luhur Pencak Silat Sarana Membentuk Moralitas Bangsa. *Jurnal SPORTIF*, 2(2), 76–84.  
[https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v2i2.508](https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v2i2.508)
- Kriswanto, E, S. 2015. *Pencak Silat*. Yogyakarta : PT PusakaBaru Press.
- Lesmana, Ferry. (2012). *Panduan Pencak Silat 3*. Yogyakarta: Zanafa Publishing
- Mardotillah, M., & Zein, D. M. (2017). Silat : Identitas Budaya, Pendidikan, Seni Bela Diri, Pemeliharaan Kesehatan. *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya*, 18(2), 121.  
<https://doi.org/10.25077/jantro.v18.n2.p121133.2016>
- Muhtar, Tatang. 2020. *Pencak Silat*. Sumedang: UPI Sumedang Press
- Mujahid, H., & Subekti, N. (2021). Analisis Taktik Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding. *Journal Coaching Education Sports*, 2(2).  
<https://doi.org/10.31599/jces.v2i2.693>
- Mulyana. 2013. *Pendidikan Pencak Silat: Membangun Jati Diri dan Karakter Bangsa*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Noor, Rohinah. M. 2012. *Mengembangkan Karakter Anak Secara Efektif di Sekolah dan di Rumah*. Yogyakarta : PT Pustaka Insan Mandiri
- Nosution, F, 2017. *Buku Pintar Pencak Silat*. Jakarta : PT Anugrah.
- Ridwan, (2010). *Skala pengukuran variabel-variabel penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Roni, Hidayat, *Seni Bela Diri: Pencak Silat*, Bogor: PT. Regina Eka Utama, 2010.
- Satria, A., Sin, T. H., Aziz, I., & Suwirman, S. (2021). Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Pada Atlet Pencak Silat. *JOLMA*, 1(1).  
<https://doi.org/10.31851/jolma.v1i1.5332>
- Sudiana, I Ketut dan Ni Luh Sepyanawati. 2017. *Keterampilan Dasar Pencak Silat*. Depok: Rajawali Pers.
- Sudiana, I, 2017. *Keterampilan Dasar Pencak Silat*. Depok : PT Rajasali Press

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Alfabeta, Bandung
- Suhairi, M., & Arifin, Z. (2022). Pengembangan Alat Drill Smash Bola Voli Berbasis Reaksi Menggunakan Android. *MULTILATERAL : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 21(1), 71–86. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v21i1.12418>
- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Penerbit Rineka
- Syamsiyah Siti, Purnomo Edi, Gustian Uray Gustian. 2020. *Pengembangan Alat Latihan Tangkapan Pencak Silat*. Jurnal Ilmu Keolahragaan Volume III Nomor 2 Oktober 2020 halaman 140-148
- Yanti,D., Ifwandi, & Saifuddin.(2015). Kontribusi Daya Tahan Jantung Paru dan Daya Tahan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit pada Atlet Putra Pencak Silat UKM Unsyiah Tahun 2015 (*Versi elektronik*). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*, 2 (4), 293 – 303.
- Yasushi, G. 2016. *Development of Critical Thinking with Metacognitive Regulation*. International Conference on Cognition and Exploratory Learning in Digital Age (CELDA 2016). Niigata University