

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, Ibnu. 2015. Hubungan motivasi, Kecepatan Lari dan Panjang Tungkai dengan Hasil Lompat Jauh. *Jurnal Sport Pedagogy*, 5 (1): 22-27.
- Afroni, Mohamad dan Vega Candra Dinata. 2014. Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Pendekatan Metode *Teams Games Tournaments* (TGT) Pada Siswa Kelas V SDN Kebraon I Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahragadan Kesehatan*, 2 (3) : 814 – 820.
- Aminudin. 2010. *Atletik dan Tekniknya*. Jakarta: Quadra.
- Bernhard, Gunter. 2013. *Atletik Prinsip Dasar Latihan Loncat Tinggi, Jauh, Jangkit, dan Loncat Galah*. Semarang: Dahara Prize.
- Brahmana, L., & Arifin, Z. (2021). Analisis Perbedaan Penjualan Melalui Media Online Pada Usaha Mikro Kecil dan Menengah di Kota Palu. *JOURNAL OF ECONOMIC AND SOCIAL EMPOWERMENT*, 1(02), 32-39.
- Budhie, Fraenky Perdana. 2013. Pengaruh Latihan *Multiple Jump* Dan Kecepatan Lari Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Ekstrakurikuler Atletik SMP Negeri 1 Somagede Kabupaten Banyumas. SKRIPSI. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Choirudin, Muchlis. 2012. *Upaya Peningkatan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran pada Siswa Kelas IV SD Negeri 04 Bejen Karanganyar Tahun Ajaran 2011/2012*. Skripsi, Surakarta : Fakultas Keguruan

- dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Comfort, P., & Abrahamson, E. (Eds.). (2010). *Sports rehabilitation and injury prevention*. John Wiley & Sons.
- Destriani, (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Tematik Integratif Penjasorkes Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Di Sekolah Dasar. *Sebatik* 1410-3737:168.
- Donal A. Chu, 1992. *Playmetri*
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Halim Susilodinata. 2012. Manfaat Tes Kebugaran/Kesegaran Jasmani Untuk Menilai Tingkat Kebugaran: *Jurnal Kedokteran Meditek*. Vol.18. No. 47 ISSN 0854-2988. Hal 35.
- Hidayat, Rahmat. 2018. Analisis Gerakan Lompat Jauh pada Mahasiswa UPGRIS. *Jendela Olahraga*, 3 (1): 14-21.
- Hidayat, Rahmat. 2018. Analisis Gerakan Lompat Jauh Pada Mahasiswa UPGRIS. *Jendela Olahraga*, 3 (1): 14-21.
- Iswan. 2014. Analisis Daya Ledak Tungkai dan Kecepatan Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa SMP Negeri 5 Biromaru *E-Journal Tadulako Physical Education, Health And Recreation*, 2 (6): 1-14
- Ikhwan, A., & Supriatna, E. (2014). Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa SMKN 1 Rasau Jaya. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 3(10).
- Ikhwanudin, Muhammad. 2017. *Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Tumpuan Satu Kaki Bergantian dengan Dua Kaki Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya*

- Jongkok Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Kalidawir Kecamatan Kalidawir Kabupaten Tulungagung Tahun Pelajaran 2016/2017*. SKRIPSI. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Jamali. 2015. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Modifikasi Alat Bantu Kardus Pada Siswa Kelas X SMA Katolik St. Augustinus Kediri Tahun Ajaran 2014/2015.* SKRIPSI. Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Kemendiknas. 2013. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kemendiknas.
- Khamdani. Ajun 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia*. Klaten: Mancanan Jaya Cemerlang.
- Khomsin. 2011. *Atletik 1*. Semarang :Unnes Press
- Koni. 2000. *Panduan Kepeleatihan*. Jakarta . KONI
- Maksum, Henry. 2017. Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lompat Jauh dengan Permainan. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6 (1): 42-53.
- Mudian, D. (2018). Pengaruh Latihan Loncat Katak Dan Loncat Naik Turun Bangku Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(02), 251-258.
- Pratama Resah, Reza. (2018). Pengaruh Latihan Lompat Kardus Terhadap Hasil Lompatan Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa SD Negeri 132 Palembang. *Altius Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*. 2,2:4.

- Paturohman, Asep Ded., Deni Mudian dan Iyan Nurdiyan Haris. 2018. Hubungan Antara Kecepatan Lari dan *Power* Otot Tungkai Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Siswa Kelas V SD Negeri Ciwiru Kecamatan Dawuan. *BIORMATIKA Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*, 4 (1): 1-9.
- Permana, Septi Citra dan Asdi. 2018. Pengaruh Latihan Loncat Katak Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Putra Kelas V SD Negeri Kadubera 1 Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang Provinsi Banten. *Jurnal Pendidikan Mutiara*, 4 (1): 33-52
- Popalri. 2018. Kontribusi Kecepatan Lari 30 Meter dan Exsplosive *Power* Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lompat Jauh. *Jurnal Perspektif Pendidikan*, 12 (2): 40-48..
- Palmizal. 2018. Pengaruh Latihan *Sprint* Dan *Box Skip* Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Pusat Pelatihan Atletik Junior Muaro Jambi. *Jurnal Prestasi*, 2(3): 7-13.
- Purnomo, Eddy dan Dapan. 2011. *Dasar-Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.
- Radcliffe James C. & Farentinos Robert C. (1985). *Plyometrics Explosive Power Training*. United States of America. Human Kinetics Publishers, inc
- Riyadi, Tamsir 2012. *Petunjuk Atletik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2014. *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suharno. 2013. *Ilmu kepelatihan olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.

- Sari, Liliana Puspa. 2018. Analisis Gerak Lompat Jauh Dilihat dari Sudut Biomekanika. Seminar Nasional Ke-4 “Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Karakter Generasi Di Era Disrupsi Media” STOK BINA GUNA , JUMAT 4 MEI 2018: 26-32.
- Saputra. Y. M 2011. *Dasar-dasar keterampilan atletik*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga
- Suryadi, Mohammad Ifan. 2017. Pengaruh Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Kardus pada Siswa SMP PGRI 1 Kota Kediri Kelas VII Tahun Ajaran 2016/2017. *Simki-Techsain*, 1 (1): 1-9.
- Sukirno. (2015). *Dasar–Dasar Atletik Dan Latihan Fisik Menuju Prestasi Tinggi*. Palembang: Universitas Sriwijaya Suryabrata, Sumadi. 2011. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Syarifuddin Aip. (1992). *Atletik*. Jakarta: Depdikbud.
- Utari, A. (2007). Hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat kesegaran jasmani pada anak usia 12-14 tahun. *Universitas Diponegoro. Semarang*.
- Utomo, Dendi Tri . 2018. Pengaruh Latihan *Squat Jump* Dan Naik Turun Bangku Terhadap Tinggi Lompatan Penjaga Gawang Sekolah Sosial Olahraga Real Madrid *Foundation* UNY Yogyakarta. *SKRIPSI*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ulandari Tri, 2014. Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Iama Cepat (Metronom) Terhadap Kecepatan Lari 60 Meter Pada Siswa Putra Kelas VI Sd Negeri 185

Baturaja. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. Universitas Sriwijaya.
Yoyo Bahagia, Ucup Yusuf, Adang Suherman, 1999. Atletik.
Jakarta : Depdikbud