

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, Bayu Purwo, dkk. (2017). “Pengaruh Metode Latihan dan Daya Ledak otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai”. *Journal of Physical Education and Sports*. 6 (1)
- Aji, Sukma. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap, Kumpulan Macam-Macam Cabang Olahraga Nasional & Internasional*. Jakarta: Ilmu.
- Ali Tjan Samay. “Peningkatan Gerak Dasar Lokomotor dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani melalui Permainan Trasional di Kelas III SDN Guntur 09 Pagi Setiabudi Jakarta Selatan”. Skripsi. Jakarta: FIP UNJ, 2015.
- Anderson, B., & Anderson, J. (2020). *Stretching for Fitness and Health*. *Fitness and Rehabilitation Journal*.
- Annarino, *Physical Fitness and Conditioning*, 1976, hlm. 32–33.
- Ardiansyah, K. (2022). Peningkatan hasil belajar gerak dasar
- Aulia, R. (2024). Pengaruh Gerak Awalan Terhadap Keberhasilan Lempar Lembing pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Olahraga Pendidikan*, 11(2), 122-130.
- Bahy, F. A., & Budiningsih, M. (2022). Model Gerak Dasar Berbasis Permainan Di Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Amir Hamzah Kelurahan Pegangsaan Jakarta Pusat. *Journal Olahraga Rekat (Rekreasi Masyarakat)*, 1(2), 51-68.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and methodology of training* (5th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bompa, T., & Haff, G., *Periodization Training for Sports*, 2009, hlm. 150–155.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Didik Zafari, S. (2010). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dikdik et al., *Penelitian tentang Metode Latihan Daya Tahan dan Power*, Universitas Pendidikan Indonesia, 2019, hlm. 32–34.

- Djemari Mardapi. (2008). *Teknik Penyusunan Instrumen Tes dan Non Tes*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Edward Rahantokman. (1998). *Belajar Motorik Teori dan Aplikasinya Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Edward T. Howley & Don Franks, *Health/Fitness Instructor's Handbook*, 2007, hlm. 215–220.
- Ega Trisna, R. (2013). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Flanagan, S. P., et al. (2015). Flexibility and its Role in Physical Fitness. *Journal of Sport Science*.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (6th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (6th ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults (7th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Gerry A. Carr. (1997). *Atletik Untuk Sekolah*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Gopnik, A., et al. (2017). The Development of Physical Attributes in Early Childhood. *Pediatric Review*.
- Harsono, *Coaching*, 1988, hlm. 176–177.
- Haywood, K. M., & Getchell, N. (2014). *Life span motor development (6th ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- <https://eprints.uny.ac.id/32373/1/SKRIPSI%20Edy%20Saipul%20M.%20NIM.%2012601244002.pdf>
- https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/siperpu/dokumen/salinan/salinan_20220215_093900_Salinan%20Kepmendikbudristek%20No.56%20ttg%20Pedoman%20Penerapan%20Kurikulum.pdf
- Hurlock, E. B. (2010). *Developmental psychology: A life-span approach (5th ed.)*. New Delhi: McGraw-Hill.

- Husdarta, H. J. S., & Saputra, Y. M. (2013). Belajar dan pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- IAAF. (2000). Lari Lompat Lempar. Jakarta: Staf Sekretariat IAAF.
- Is, Z. (2023). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Pada Pemain Bola Volly Binaan Dispora Kota Banda Aceh. *Sport Pedagogy Journal*, 12(1), 6-13.
- Lokomotor melalui permainan tradisional (bentengan Dan kejar mangsa) dalam pembelajaran PJOK kelas III SD Negeri 1 boyolali tahun ajaran 2022/2023.
- Magill, R. A. (2011). *Motor learning and control: Concepts and applications* (9th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- McKay, C., et al. (2017). Physical Activity and Flexibility in Children. *Pediatric Fitness Journal*.
- Muhajir, Muhajir (2017) Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan SMP/MTs Kelas VII. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta. ISBN 9786024270155
- Payne, V. G., & Isaacs, L. D. (2017). *Human motor development: A lifespan approach* (9th ed.). New York: Routledge.
- Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (PASI): Organisasi nasional yang mengatur olahraga atletik di Indonesia (PASI Official Website)
- Purnomo dan Dapan. (2011). *Dasar Dasar Gerak Atletik*. Yogyakarta: Alfabedia.
- Syafnelly, 2018, <http://repositori.kemdikbud.go.id/id/eprint/6924>
- Syamsuddin, S. (2020). Pengaruh Koordinasi Langkah dan Kekuatan Otot terhadap Jarak Lempar Lembing. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 18(3), 89-97.
- Widayanti, R. (2019). Peran Fleksibilitas dalam Kebugaran Jasmani. *Indonesian Journal of Primary Education*, 4(1), 118-123.