

DAFTAR PUSTAKA

- Behm, D. G., & Colado, J. C. (2024). Principles of strength and conditioning for athletic performance. *Human Kinetics*.
- Cormie, P., McGuigan, M. R., & Newton, R. U. (2023). Neuromuscular adaptations to explosive training for athletic performance. *Sports Medicine*.
- Dos'Santos, T., Thomas, C., & Jones, P. A. (2024). Change of direction biomechanics and agility performance in team sports. *Strength and Conditioning Journal*.
- Firmansyah, D. (2023). Biomekanika Gerak Spesifik dan Manajemen Risiko Cedera: Panduan Pelatihan Fisik Fungsional bagi Atlet Sepak Bola Remaja. Surabaya: Global Sport Press.
- Hidayat, T., & Kurniawan, A. (2024). Pengaruh Metode Latihan Koordinasi Reaktif terhadap Peningkatan Agility dan Ball Control pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola. *Jurnal Inovasi Keolahragaan Indonesia*, 16(1), 78-92.
- Jay Dawes dan Mark Roozen (2012) *Developing agility and quickness*. by National Strength and Conditioning Association
- Jensen & Fisher (2009) *Scientific Basis of Athletic Conditioning*. Philadelphia: Lia Febinger.
- Kusmaedi (2008) *Olahraga rekreasi dan olahraga tradisional*. Bandung :FPOK. UPI.
- Laksana, G. P. (2025). Identifikasi dan Pengembangan Bakat Olahraga: Strategi Pencapaian Prestasi Sepak Bola Nasional melalui Pembinaan Berbasis Sekolah. Semarang: Penerbit Ilmu Olahraga Nusantara
- Litardiansyah (2020). Survei Kondisi Fisik Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra Dan Putri Sekolah Menengah Atas. *Sport Science And Health*, 2(6), 331–339. [Http://Journal2.Um.Ac.Id/Index.Php/Jfik/Article/View/14090/5925](http://Journal2.Um.Ac.Id/Index.Php/Jfik/Article/View/14090/5925)
- Loturco, I., Pereira, L. A., & Jeffreys, I. (2024). Agility and change-of-direction training in soccer players: Current evidence and practical applications. *Journal of Sports Sciences*.
- Lubis (2018) *Pembinaan Kebugaran Jasmani Dan Pemulihan*. In *Pembinaan Kebugaran Jasmani Dan Pemulihan* (P. Hal 10-15).
- Lutan (2001) *Menuju Sehat dan Bugar*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga. Depdiknas
- Mulyadi, A. (2023) *Manajemen Ekstrakurikuler Olahraga: Strategi Pengembangan Karakter dan Stabilitas Emosi Siswa Menengah Atas melalui Sepak Bola*. Jakarta: Penerbit Sains Olahraga Indonesia.
- Pradana, H. S., & Wijaya, K. A. (2024). Evaluasi Profil Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Pelajar: Studi Komparatif pada Tim Unggulan SMA. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Pendidikan*, 11(3), 201-215.
- Prawira (2012) *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*, Jakarta: RajaGrafindo Persada
- Priyatno (2012) *Cara Kilat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Yogyakarta: CV. andi offset (andi)
- Purwanto (2004) *Mengenal Aneka Cabang Olahraga*. Bekasi : PT Cahaya Pustaka Raga.

- Rahman (2023) Analisis Koordinasi Neuromuskular dan Pengaruh Latihan Ladder Drill terhadap Kelincahan Pemain Sepak Bola Usia Remaja. *Jurnal Prestasi Olahraga Indonesia*, 15(2), 112-125.
- Riduwan (2010) *Metode Dan Teknik Menyusun Tesis*. Alfabeta. Bandung.
- Santoso (2013) *Buku Latihan SPSS Statistik Non Parametrik*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Santoso, B., & Pratama, R. (2024). Integrasi Kompetisi Sepak Bola dalam Kurikulum Pendidikan Jasmani: Analisis Dampak terhadap Disiplin dan Kebugaran Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 12(1), 45-58.
- Saputra (2025) Resiliensi dan Mental Toughness dalam Olahraga Kompetitif: Strategi Penguatan Psikologis Atlet Sepak Bola Sekolah Menengah Atas menghadapi Tekanan Pertandingan. Bandung: Refika Medika Olahraga.
- Suchomel, T. J., Nimphius, S., & Stone, M. H. (2023). Explosive exercise and athletic performance: Current perspectives. *Sports Medicine*.
- Sugiyono (2014) *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Suharno (2003) *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta
- Suhendro (2009) *Pengaruh Latihan Kondisi Fisik Terhadap Kecakapan Bermain Sepakbola*. Jakarta.
- Suwartini (2017) *Pendidikan Karakter dan Pembangunan Sumber Daya Manusia Keberlanjutan*. Universitas Widyadharma Klaten.
- Wibowo (2017) *Keadaan sarana dan prasarana pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar se-Gugus Sumberagung Kecamatan Moyudan Kabupaten Sleman*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wibowo, T. (2025). *Modernisasi Infrastruktur Olahraga Sekolah: Implementasi Sport Science dan Teknologi Pemantauan Kebugaran pada Tim Sepak Bola SMA*. Yogyakarta: Pustaka Atletika Nusantara
- Winarno (2006) *Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Young, W. B., & Dos'Santos, T. (2023). Agility and change-of-direction speed in sport: Contemporary concepts and training methods. *Strength and Conditioning Journal*.