

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. 2023. *Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian*. PILAR, 14(1), 15–31.
- Arib, M. F., Rahayu, M. S., Sidorj, R. A., & Afgani, M. W. 2024. *Experimental Research dalam Penelitian Pendidikan*. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 4(1), 5497–5511.
- Budiyana, A. T., Mulyana, B., & Purnamasari, I. 2021. *Kontribusi Power Tungkai dan Fleksibilitas Panggul terhadap Kecepatan 50m Apnea Olahraga Selam*. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 13(2), 102–108.
- Dandi, M., Triansyah, A., Yanti, N., Yunitaningrum, W., & Bafadal, M. F. 2023. Hubungan Power Otot Tungkai terhadap Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi pada Olahraga Taekwondo. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(1), 607–620.
- Faturrohman, M. H. S., Nurhidayat, & Indarto, P. 2023. *Peningkatan Power Otot Tungkai Ditinjau dari Latihan Menggunakan Ankle Weight*. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology*, 2(2), 179–188.
- Firdaus, A. F. P., & Wiriawan, O. 2022. *Efektivitas Bentuk Latihan Sprints 30 Meter di Pasir dan 30 Meter di Tanjakan terhadap Power Otot Tungkai*. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, 5(1), 8–15.
- Kusmita, F. S., Nurudin, A. A., & Saleh, M. 2022. *Latihan Daya Tahan Kekuatan Otot Tungkai untuk Meningkatkan Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 Meter*. *Jurnal Education FKIP UNMA*, 8(3), 1052–1057.
- Liskhardinanda, M. V., & Kusuma, I. D. M. A. W. 2021. *Pengaruh Latihan Resistance Band 75lbs dan 45lbs terhadap Power Otot Tungkai SMAN 1 Taman Sidoarjo*. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(7).
- Oemanu, M. B., & Rindrayani, S. R. 2025. *Konsep Rumusan Masalah dan Tujuan Penelitian pada Berbagai Metode Penelitian*. *Kohesi: Jurnal Sains dan Teknologi*, 6(12), 31–40.
- Pingkan, W. J. K., dkk. 2022. *Pengumpulan dan Pengolahan Data dalam Sistem Surveilans Kesehatan Masyarakat*.
- Prastyawan, O. B., Yulianto, P. F., Kuncoro, B., Widagdo, Yulianto, R., & Gunadi, D. 2024. *Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Split Squat Jump dan Box Jump terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai dalam Pencak Silat pada Atlet PSHT Ranting Kartasura Tahun 2023*. *Jurnal Kreatif Olahraga*, 2(1), 1–13.

- Santoso, D. A., Wirahno, D. N., & Sahrul. 2022. *Pengembangan Instrumen Media Pembelajaran Berbasis Power Point di TK AM Kabupaten Semarang*. *Dharmas Education Journal*, 3(2).
- Siregar, D. L. H., & Wiyaka, I. 2023. *Perbedaan Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Bending dan Resistance Band terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai dan Hasil Shooting Sepak Bola pada Atlet Usia 13–15 Tahun*. *Jurnal Jendela Ilmu Olahraga (J2IO)*, 1(1).