

DAFTAR PUSTAKA

- A. Amin, R. Ratnadi, K. A. (2016). Pengaruh Latihan *Medicine Ball* Terhadap *Power* Otot Lengan dan Bahu Nomor Tolak Peluru Pada Siswa Putra Kelas X Jurusan Teknik Komputer Jaringan SMK Nurul Falah Pekanbaru (*Doctoral Dissertation*, Riau University).
- Andesa, M. (2018). Kontribusi Tinggi Badan, Berat Badan, Kekuatan Tungkai, Kekuatan Lengan, Kekuatan Punggung Dan Fleksibilitas Terhadap Kecepatan Bantingan Pada Atlet Gulat Putra Lampung.
- Annisa, W. (2010). Metode Penelitian Korelasional.
- Arasih, R. (2015). Survei Kondisi Fisik Dan Keterampilan Teknik Dasar Atlet Gulat Kabupaten Brebes.
- Aryandi, A. (2005). Tes dan Pengukuran Olahraga.
- Cahyani, G. I. (2019). Survei Sarana Dan Prasarana Cabang Olahraga Gulat Di Karisidenan Pati.
- Fitria, R. N. (2006). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Punggung Dengan Kecepatan Bantingan Pinggang Pada Atlet Gulat Kota Semarang Tahun 2006.
- Hadi. (2004). Buku Ajar Gulat. FIK Unnes.
- Hawindri, B. S. (2016). Pemanfaatan Panduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlet Pemula. In Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Pascasarjana UM. 284–292.
- Hidayat, D. (2006). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. *Rineka Cipta Atik*.
- Indrayana, B. (2018). Hubungan kekuatan otot punggung dan kelentukan terhadap hasil banting kayang samping Clen bawah pada atlet PPLP Provinsi Jambi. *Universitas Jambi*, 2.
- Iskandar, T. (2019). Tinjauan Minat Belajar Mahasiswa Olahraga Terhadap Mata Kuliah Gulat di Universitas Islam 45 Bekasi. *Journal of SPORT*, 3, 62–69.
- Juhanis. (2012). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan Bantingan Pinggang pada Olahraga Gulat Mahasiswa FIK UNM. *Jurnal ILARA*, III(1), 60–80.
- Kurniawan, F. (2012). Pintar Olahraga. Niaga Swadaya.
- Mansur, D. (2018). Pengaruh latihan *squat* menggunakan *free weight* dan *gym machine* terhadap kekuatan, power, dan *hypertroxy* otot. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 150–161.
- Martiani, M., Sugiyanto, S., & Pujiyanto, D. (n.d.). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Punggung Terhadap Kemampuan Bantingan Pinggang Dalam Olahraga Gulat Atlet Pengda Pgsi Provinsi Bengkulu.

- Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal Tabularasa*, 6(1), 87–97.
- Murdiansyah, B. N. (2016). *Murdiansyah, B. N. (2016)*. Perbedaan Kepribadian antara Atlet Individual dan Atlet Berkelompok. *Karya Ilmiah Dosen*, 1(2), 1(2).
- Nugraheningsih, G., & Saputro, Y. A. (2019). Peningkatan Kesegaran Jasmani Melalui Matakuliah Pencaksilat Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. *Jp.Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 3(1), 13–26. <https://doi.org/10.33503/jp.jok.v3i1.560>
- Parahita, A. (2009). Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Daya Tahan Otot pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 9-12 Tahun.
- Redha, M. (2017). Pengembangan Teknik Gulungan Cabang Olahraga Gulat Tahun 2017.
- Sajoto. (1988). Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga. Depdikbud Dirjen.
- Sajoto, M. (1995). Pembinaan Kondisi Fisik Olahraga. Depdikbud Dirjen.
- Salman, E. (2018). Kontribusi Vo2 Max Terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 26(1), 21–31.
- Sari, E.N.F, N. S. & W. U. (2016). Survei Tingkat Kelentukan dan Kelicahan Atlet Gulat PPLPD Kabupaten Malang tahun 2016. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1).
- Sugiyono. (2011). Statistika Untuk Penelitian. *PT Alfabeta*.
- Tomkinson, G. R., L'eger, L. A., Olds, T. S., & Cazorla, G. (2003). *Secular Trends in the Performance of Children and Adolescents (1980–2000) An Analysis of 55 Studies of the 20m Shuttle Run Test in 11 Countries*. *Journal of Sports Sciences*, 33(4), 285–300. <https://doi.org/10.1080/02640410500432193>