

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. R. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif.
- Bambang Gatot Sugiarto, & Sutan Rizali. (2019). Hubungan Fleksibilitas Otot Tungkai terhadap. *JOURNAL OF PHYSICAL AND OUTDOOR EDUCATION Volume 1 No. 1* , 15.
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan) . *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*.
- Dangsina Muluk , & Sukardiyanto. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung, Lubuk Agung.
- Dr. Her Kurniawan, M. (2021). *Pengantar Praktis Penyusunan Instrumen Penelitian*. CV BUDI UTAMA.
- Dr. Oce Wirriawan, S. M. (2017). *PANDUAN PELAKSANAAN TES & PENGUKURAN OLAHRAGAWAN*. Thema Publishing.
- EnsikloPenjas. (2018, 11). TES KEKUATAN OTOT PERUT (The Curl Up Test). *Tes dan Pengukuran Penjas*.
- Gandi, A. (2013). Pengaruh Latihan Menggunakan Tahanan Karet Dan Alat Bantu Pemberat Kaki Terhadap Kecepatan Tendangan Dollyo Chagi Pada Cabang Olah Raga Taekwondo.
- Giandika R.M.D, Kusmaedi, & N.Rusdiana A. (2016). HUBUNGAN KEMAMPUAN WAKTU REAKSI DAN FLEKSIBILITAS ATLET UKM TAEKWONDO UPI DENGAN HASIL TENDNGAN DOLLYO-CHAGI. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 12-16.
- Jenis Tendangan Dasar Pada Taekwondo. (2018, 2 20). *NYSN YOUTH SPORT NETWORK* .
- M. Riski Adi Wijaya, Bachtiar, Nanda Alfian Mahardika, Danang Firmansyah, & Aref Vai. (2022). PROFIL FLEKSIBILITAS KAKI, PINGGUL, DAN PUNGGUNG ATLET PENCAK SILAT KLUB PSP. *Journal Of Sport Edication (JOPE)*.
- Muhson, A. (n.d.). Teknik Analisis Kuantitatif., (p. 1).
- Nala, I. (2011). Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga.
- NYSN YOUTH SPORT NETWORK . (2018, 2 20). *Jenis Tendangan Pada Taekwondo*.
- Putra, R. B. (2014). SOFTWARE TENTANG FLEKSIBILITAS ATLET SENAM. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 17.
- Rafika Ulfa, & Al-Fathonah. (2021). VARIABEL PENELITIAN DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN. *Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 1.
- Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Alhadharah*.
- Rozikin, A, & Hidayat, T. (2015). Hubungan fleksibilitas dan kekuatan otot tungkai terhadap hasil tendangan eolgol Dolyo-Chagi pada olahraga Taekwondo. *Journal of Sport Science and Fitness*.
- Saputra, I. (2019). LATIHAN FLEKSIBILITAS DAN KESEIMBANGAN CABANG OLAHRAGA TAEKWONDO. *Pend. Kepelatihan Olahraga-SI* 8(4).

- Sidik, D.Z, & Afari, L. (n.d.). Pelatihan Kondisi Fisik.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.
- Suryadi, V. Y. (2002). Tae Kwon Do Poomsae Tae Geuk . *Journal of Sport Science and Fitness*, 17-39.
- Tudor O. Bompaa, PhD, & Carlo A. Buzzichelli. (2018). In *theory and methodology of training*.
- Tuti Khairani Harahap, I Made Indra P, Chentia Misse Issabella, Yusriani, Muhammad Hasan, A.A Musyaffa, . . . Soni Ariawan. (n.d.). METODE PENELITIAN PENDIDIKAN.
- Ul'fah Hernaeny, M. P. (2021). *POPULASI DAN SAMPEL*. Pengantar Statistika.
- World Taekwondo Federation.(2013).Competition Rules & Interpretation. (n.d.).
- Yuniar, Y. (2021). *KONTRIBUSI POWER OTOT TUNGKAI DAN FLEKSIBILITAS PANGGUL TERHADAPA KECEPATAN TENDANGAN LURUS DALAM OLAHRAGA PENCAK SILAT*. Retrieved from repositori.unsil.ac.id.
- Yusup, F. (2018). UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*.