

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Supriyoko, & Mahardika, W. (2018). Kondisi Fisik Atlet Anggar Kota Surakarta. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 280–292.
- Albet Maydiantoro. (2019). Model-Model Penelitian Pengembangan (Research and Development). *Jurnal Metode Penelitian*, 10, 1–8.
- Almy, M. A., & Sukadiyanto, S. (2014). Perbedaan pengaruh circuit training dan fartlek training terhadap peningkatan VO2Max dan indeks massa tubuh. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 59–68.
- Andibowo, T., Sulistyono, J., & Supriyoko, A. (2022). PELATIHAN FISIK DAN TEKNIK CABANG OLAHRAGA KARATE INKAI WONOGIRI. *PROFICIO*, 3(1), 23–28.
- Anisah, G. (2018). Validitas Instrumen Asesmen Menulis Cerpen Terintegrasi Pendidikan Karakter. *Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 15–25.
- Asriani, P., Sa'dijah, C., & Akbar, S. (2017). Bahan Ajar Berbasis Pendidikan Karakter Untuk. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2(11), 1456–1468.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/jptpp.v2i11.10160>
- Badawi. (2019). Pendidikan karakter dalam pembentukan akhlak mulia di sekolah. *Ilmu Pendidikan*, 1, 207–218.
- Bahri, S. (2015). Implementasi Pendidikan Karakter dalam Mengatasi Krisis Moral di Sekolah. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 57–76.
<https://doi.org/10.21274/taalum.2015.3.1.57-76>
- Bidaya, Z., & Dari, S. M. (2020). Revolusi Mental Melalui Penguatan Pendidikan Karakter untuk Siswa Berkebutuhan Khusus di Kota Mataram. *CIVICUS: Pendidikan-Penelitian-Pengabdian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 8(2), 51. <https://doi.org/10.31764/civicus.v8i2.2861>
- Bommiasamy, H., Back, S. H., Fagone, P., Lee, K., Meshinchi, S., Vink, E., Sriburi, R., Frank, M., Jackowski, S., & Kaufman, R. J. (2009). ATF6 α induces XBP1-independent expansion of the endoplasmic reticulum. *Journal of Cell Science*, 122(10), 1626–1636.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2021). *Periodization of Strength Training for Sports*. Human Kinetics Publishers.
- Bompa, T. O. (2000). *Total training for young champions*. Human Kinetics.
- Borg, & Gall. (1983). *Educational Research, An Introduction*. Longman Inc.

- Bradford, S. H., & Keshock, C. M. (2009). Female Coaches and Job Stress: A Review of the Literature. *College Student Journal*, 43(1).
- Calmeiro, L., Tenenbaum, G., & Eccles, D. W. (2014). Managing pressure: patterns of appraisals and coping strategies of non-elite and elite athletes during competition. *Journal of Sports Sciences*, 32(19), 1813–1820.
- Costas, I. K., & Terry, P. C. (2011). *Inside sport psychology*. Champaign: Human Kinetics, 235 p. Eng.
- Danardani, W., & Hidayat, S. (2022). Evaluasi program latihan psikologi dalam periodisasi latihan di klub Akademi Bola Voli Buleleng (ABVB). *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 108. <https://doi.org/10.26418/jilo.v4i2.52299>
- Dawud, V. W. G. W. A. N., & Hariyanto, E. (2020). Survei Kondisi Fisik Pemain Sepakbola U 17. *Sport Science and Health*, 2(4), 224–231.
- Edwarsyah, Hardiansyah, S., & Syampurma, H. (2019). Pengaruh Metode Pelatihan Circuit Training Terhadap Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1–10.
- Eisenstein, D. J., Weinberg, D. H., Agol, E., Aihara, H., Prieto, C. A., Anderson, S. F., Arns, J. A., Aubourg, É., Bailey, S., & Balbinot, E. (2011). SDSS-III: Massive spectroscopic surveys of the distant universe, the Milky Way, and extra-solar planetary systems. *The Astronomical Journal*, 142(3), 72.
- Evenetus, Y., Mulyana, R. B., & Ma'mun, A. (2019). Pengaruh Program Latihan terhadap Peningkatan Kekuatan, Power, Daya Tahan Lengan dan Performa Renang 50 Meter Gaya Bebas. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 19(3), 445–455. <https://doi.org/10.17509/jpp.v19i3.22337>
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159–165.
- Gloria, R., Tatiana, D., Constantin, R. B., Marinela, R., & Gabriel, M. (2013). Study Regarding the Order of Psychological Processes and the Importance of the Psychological Factors of High Performance for the Sports Branch Karate. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1228–1232. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.734>
- Guillén, F., & Laborde, S. (2014). Higher-order structure of mental toughness and the analysis of latent mean differences between athletes from 34 disciplines and non-athletes. *Personality and Individual Differences*, 60, 30–35. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.11.019>
- Herpandika, R. P., Yuliawan, D., & Rizky, Y. (2019). Analisis kondisi fisik atlet

- puslatkot Kota Kediri dalam rangka menuju “ Kediri Emas ” di Porprov 2019 Analysis of physical conditions of Puslatkot at Kediri city in order to “ Kediri Emas ” in Porprov 2019 PENDAHULUAN Pembangunan suatu negara tergantung. *Jurnal SPORTIF*, 5(2), 342–353.
- Hidayatullah, K. H. (2014). Analisis klaster untuk pengelompokan kabupaten/kota di provinsi Jawa Tengah berdasarkan indikator kesejahteraan rakyat. *Jurnal Statistika Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2(1).
- HOEDAYA, D. (2007). Kajian Psikologi Olahraga Dari Perspektif Disiplin Keilmuan. *Dipresentasikan Pada Workshop Kajian Disiplin Keilmuan Olahraga. Jakarta, Agustus*.
- Hudain, M. A., & Ishak, M. (2020). Kontribusi Kecepatan Reaksi Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki Chudan. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 4(1), 46. <https://doi.org/10.26858/sportive.v4i1.17175>
- Indrajaya, M. I. (2017). *Tingkat kondisi fisik cabang olahraga karate kota Surabaya studi atlet putri karate puslatcab Surabaya*. 1–15.
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2339>
- Januarisman, E., & Ghufron, A. (2016). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Web Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Untuk Siswa Kelas Vii. *Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 3(2), 166. <https://doi.org/10.21831/jitp.v3i2.8019>
- Johan, M., & Efendi, S. (2022). Johan, M., & Efendi, S. (2022). MEMBANGUN KAREKTER GENERASI MUDA MELALUI OLAHRAGA KARATE DI DOJO BUANA IMPIAN II KELURAHAN TEMBESI-KECAMATAN SAGULUNG–KOTA BATAM. *Jurnal Pengabdian Bareleng*, 4(1), 43–47. MEMBANGUN KAREKTER GENERASI MUDA MELALUI OLAHRAGA KAR. *Jurnal Pengabdian Bareleng*, 4(1), 43–47.
- Kabadayı, M., Karadeniz, S., Yılmaz, A. K., Karaduman, E., Bostancı, Ö., Akyıldız, Z., Clemente, F. M., & Silva, A. F. (2022). Effects of Core Training in Physical Fitness of Youth Karate Athletes: A Controlled Study Design. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph19105816>
- Kanca, I. N. (2004). *Disertasi Pengaruh Pelatihan Fisik Aerobik dan Anaerobik Terhadap Absorpsi Karbohidrat dan Protein di Usus Halus Rattus Norvegicus Strain Wistar*. 334. <http://repository.unair.ac.id/32036/12/gdlhub-gdl-s3-2007-kancainyom-5199-disk30-4.pdf>
- Khoirunnisa, A. L., Purwono, E. P., & Raharjo, H. P. (2012). Bakat Anak Usia

- Dini Dalam Olahraga Taekwondo Menggunakan Metode Sport Search Di Kabupaten Kendal Tahun 2012. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 1(4). <https://doi.org/10.15294/active.v1i4.510>
- Komarudin, K. (2016). Analisis kesalahan siswa dalam pemecahan masalah matematika pada materi peluang berdasarkan high order thinking dan pemberian scaffolding. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam*, 8(1), 202–217.
- Kristiawan, M. (2015). Telaah Revolusi Mental Dan Pendidikan Karakter Dalam Pembentukan Sumber Daya Manusia Indonesia Yang Pandai Dan Berakhlak Mulia. *Ta'dib (Batusangkar)*, 18(1), 13–25. <https://doi.org/10.31219/osf.io/jd27q>
- Kusuma, E. (2021). *Karate in You*. Elex Media Komputindo.
- Lamusu, A., & Lamusu, Z. A. (2020). Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Tendangan Mawasi Geri Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR) Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo Ahmad. *Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 6(3), 365–376. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37905/aksara.6.3.365-376.2020>
- Matutu, O. N. (2019). *KONTRIBUSI KECEPATAN REAKSI TANGAN DAN KETEPATAN TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN GIAKU TSUKI PADA CABANG OLAHRAGA KARATE INKADO DI RANTING KOTA MAKASSAR*. Universitas Negeri Makassar.
- Maunah, B. (2016). Implementasi Pendidikan Karakter Dalam Pembentukan Kepribadian Holistik Siswa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 5(1), 90–101. <https://doi.org/10.21831/jpk.v0i1.8615>
- Meggs, J., Ditzfeld, C., & Golby, J. (2014). Self-concept organisation and mental toughness in sport. *Journal of Sports Sciences*, 32(2), 101–109.
- Metzler, M. (1989). A review of research on time in sport pedagogy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 8(2), 87–103.
- Mohlisin, G. (2018). Gedung Pelatihan Olahraga Beladiri Di Pontianak. *Jurnal Online Mahasiswa Arsitektur Universitas Tanjungpura*, 6(September 2018), 113–126.
- Moreno, M. R., Lockie, R. G., Kornhauser, C. L., Holmes, R. J., & Dawes, J. J. (2018). A Preliminary Analysis of the Relationship between the Multistage Fitness Test and 300-m Run in Law Enforcement Officers : Implications for Fitness Assessment. *International Journal of Exercise Science*, 11(4), 730–738.

- Muhammad, R., & Nasrullah, A. (2016). Pengaruh Weight Training Dan Body Weight Training Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Tangan. *Urnal of Physical Education and Sports*, *VX(1)*, 97–107.
- Mylsidayu, A. (2022). *Psikologi olahraga*. Bumi Aksara.
- Nasrulloh, A., Apriyanto, K. D., Yuniana, R., Dev, R. D. O., & Yudhistira, D. (2022). Developing Self Body Weight Training Methods to Improve Physical Fitness in the COVID-19 Era: Aiken Validity. *Journal of Hunan University Natural Sciences*, *49(6)*, 129–139. <https://doi.org/10.55463/issn.1674-2974.49.6.14>
- Nurhidayah, D., & Satya, A. (2017). Profil Kondisi Fisik Atlet Unit Kegiatan Mahasiswa. *Medikora : Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*, *16(1)*, 1–16.
- Omcirk, D., Vetrovsky, T., Padecky, J., Vanbelle, S., Malecek, J., & Tufano, J. J. (2021). Punch trackers: Correct recognition depends on punch type and training experience. *Sensors*, *21(9)*, 1–10. <https://doi.org/10.3390/s21092968>
- Osman Nur Matutu, Nurliani, & Fahrizal. (2019). E- Jurnal Olahraga Karate. *E-Jurnal Olahraga Karate*, *506(2)*.
- Oyama, M., Modrić, Ž., Kotani, A., & Misaki, I. (1973). *Karate*. Japan Publications Trading Company.
- Pratiwi, N., & ASHADI, K. (2018). Tingkat Pengetahuan Tentang Overtraining Pada Atlet Dan Pelatih Klub Atletik Petrogres Kabupaten Gresik. *Jurnal Prestasi Olahraga*, *3(1)*.
- Purnomo, E. (2019). Pengaruh Program Latihan terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bolatangan Porprov Kubu Raya. *JSES: Journal of Sport and Exercise Science*, *2(1)*, 29. <https://doi.org/10.26740/jses.v2n1.p29-33>
- Putra, N. (2012). *Metode penelitian kualitatif pendidikan*.
- Putrayasa, I. B., & Ramendra, D. P. (2021). Syntactical Study Based on Character Education Values of Essay. *Proceedings of the 5th Asian Education Symposium 2020 (AES 2020)*, *566(5)*, 396–404. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210715.045>
- Putry, R. (2019). Nilai Pendidikan Karakter Anak Di Sekolah Perspektif Kemendiknas. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, *4(1)*, 39. <https://doi.org/10.22373/equality.v4i1.4480>
- Ratnasari, N. F. (2006). *Bantingan Pinggang Pada Atlet Gulat Kota Semarang Tahun 2006*.
- Retnoningsasy, E. & M. J. (2020). Hubungan Antara Mental Toughness Dengan Kecemasan Olahraga Pada Atlet Badminton. *Jurnal Penelitian Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA*, *7(3)*, 8–15.

- Sinaga, M. luhut, Ramadi, & Juita, A. (2016). The Improvement of Arms Muscle Power and Shoulder by Using The Pull Down Exercise For Woman Boxing Athlete Club Histom Boxing At camp Rumbai. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, 3(2), 1–10.
- Siregar, I. (2012). Kontribusi Latihan Back-Up Dan Decline Push-Up Terhadap Kecepatan Pukulan Gyakutsukichudan Pada Atlet Karateka Putera Kei Shin Kan Dojo Hkbp Sidorame Medan. *Generasi Kampus*, 5(1), 152–163. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/gk/article/view/7219>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfa Beta.
- Tanenbaum, M. E., Gilbert, L. A., Qi, L. S., Weissman, J. S., & Vale, R. D. (2014). A protein-tagging system for signal amplification in gene expression and fluorescence imaging. *Cell*, 159(3), 635–646.
- Thelwell, R. C., & Maynard, I. W. (2003). The effects of a mental skills package on 'repeatable good performance' in cricketers. *Psychology of Sport and Exercise*, 4(4), 377–396.
- Tyler, K., MacDonald, M., & Menear, K. (2014). Physical Activity and Physical Fitness of School-Aged Children and Youth with Autism Spectrum Disorders. *Autism Research and Treatment*, 2014, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2014/312163>
- Venkatraman, J., Manwar, R., & Avanaki, K. M. (2019). Development of a punch-o-meter for sport karate training. *Electronics (Switzerland)*, 8(7). <https://doi.org/10.3390/electronics8070782>
- Wade, C., & Tavis, C. (2007). *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2*. Erlangga.
- Wahid, A. (2007). *Shotokan Sebuah Tinjauan Alternatif Terhadap Aliran Karate-Do Terbesar di Dunia*. PT Raja Grafindo Persada.
- Walton, C. C., Rice, S., Hutter, R. I. (Vana), Currie, A., Reardon, C. L., & Purcell, R. (2021). Mental Health in Youth Athletes. *Advances in Psychiatry and Behavioral Health*, 1(1), 119–133. <https://doi.org/10.1016/j.ypsc.2021.05.011>
- Wąsik, J., Cynarski, W. J., Szymczyk, D., Vencesbrito, A. M., Korobeynikov, G., & Zwierko, T. (2019). Changes in foot pressure on the ground during gyakuzuki (Punch) in a karate athlete: A case study. *Trends in Sport Sciences*, 26(4), 153–156. <https://doi.org/10.23829/TSS.2019.26.4-2>
- Wibisana, F., Rinaldy, A., & Nusufi, M. (2016). Evaluasi Kondisi Fisik Dominan Pada Atlet Karate-Do Dojo Lanal Inkai Kota Sabang Tahun 2015. *Urnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 2(1), 82–89.

- Widjajakusuma, J., Manwart, C., Biswal, B., & Hilfer, R. (1999). Exact and approximate calculations for the conductivity of sandstones. *Physica A: Statistical Mechanics and Its Applications*, 270(1–2), 325–331.
- Yamazaki, T., Nagamine, K., Nagamiya, S., Hashimoto, O., & Kobayashi, S. (1976). Strange depolarization of negative muon in Pd metal. *Hyperfine Interactions*, 2(2), 410–412.
- Yogi, K., Lesmana, P., Lanang, I. G., & Parwata, A. (2022). *Development of Muscle Strength Training Media Through Fitness Training Videos in Porprov Karate Athletes in 2022* (Vol. 1). Atlantis Press SARL. <https://doi.org/10.2991/978-2-494069-79-4>

