

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, A. (2005). "Kebugaran Jasmani dan Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi dalam Masyarakat". *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 2, Nomor 2 (hlm 48-50)
- Arikunto, S. 2010. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT. Renika Cipta.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. New York: Hunt Publishing Company.
- Djoko Pekik Irianto. (2000). *Panduan Latihan Kebugaran yang Efektif dan Aman*. Yogyakarta : Luman Offset.
- Dewi, Ni Putu Candra Prastya. (2020). "Tradisi Megoak-Goakan Sebagai Media Penguat Karakter Berbasis Kearifan Lokal Di Era Industri. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, Volume 8, Nomor 2, (hlm. 2-3).
- Fahrizqi, E. B., Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). "Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Olahraga Selama New Normal Pandemi Covid-19". *Journal Sport Sciences and Physical Education*, Volume 8, Nomor 2, (hlm 53–62)
- Gunawan, I. P. A., Dewi, I. K. A., & Santika, N. A. (2016). "Pelatihan Meloncati Rintangan Setinggi 50cm Ke Kiri ke Kanan 10 Repetisi 3 Set Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Neger 2 Mengwi Tahun Pelajaran 2015/2016". *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Volume 2, Nomor 2, (hlm 52-60).
- Harsono. (2003). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta.
- Indrayana, B. (2012). "Perbedaan Pengaruh Latihan Interval Training dan Fartlek terhadap Daya Tahan Kardiovaskular pada Atlet Junior Putra Taekwondo Wild Club Medan 2006/2007". *Jurnal Cerdas Syifa*, Volume 8, Nomor 4, (hlm 45-46)
- Idham Kholid, (2017) "Motivasi dalam Pembelajaran Bahasa Asing", *Jurnal Tadris*, Volume 10, No. 1 ( hlm 61-71)
- Indrayana, B., & Yuliawan, E. (2019). "Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna Fc

- Kecamatan Rantau Rasau". *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, Volume 3, Nomor 1 ( hlm 41-50)
- I Kadek Marsiana Putra, Kadek Aria Prima Dewi PF1 (2018) "Peranan Kearifan Lokal Permainan Tradisional Dalam Pendidikan". *Kalangwan Jurnal Pendidikan Agama, Bahasa dan Sastra*, 2018, Volume 3, Nomor 1 (hlm 26)
- Kusuma, Afandi. (2009) "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.". <http://m.cybermq.com>. (diakses pada tanggal 10 Maret 2023)
- Kanca, I Nyoman. (2006). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha
- Kusnanik, N.W., Nasution, J., dan Hartono, S. (2011). *Dasar-dasar Fisiologi Olahraga*. Unesa: Unesa University Press
- Lengkana, Anggi Setia, and Tatang Muhtar. (2021) *Pembelajaran Kebugaran Jasmani*. CV Salam Insan Mulia,.
- Maksum, A. (2007). *Metodologi penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Mudzakir, D. O. (2020). "Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Belajar Dalam Pembelajaran Penjas Kelas V Sekolah Dasar Negeri Dadap 2 Indramayu". *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, Volume 10, Nomor 1, (hlm 44).
- Nanang Sudrajat. (2004). *Pendidikan Jasmani untuk SD*. Bandung: PT Sarana Panca Karya Nusa.
- Ngr, I Gst, Agung Cahya, I Putu Merta Yasa, and I Gusti Ngurah Sudiarta. (2020). "Bermain Olahraga Tradisional Megoak-goakan Meningkatkan Kelincahan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FPOK IKIP PGRI Bali Tahun 2019 / 2020" *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Volume 6, Nomor 1 (hlm 31)
- Nala. N (1998). *Prinsip Pelatihan Olahraga*. Bali: Universitas Udayana Press.
- Narlan, Abdul, and Dicky Tri Juniar. (2020) *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Yogyakarta: Deepublish.

- Nurul Hidayah & Fikki Hermansyah. (2017) “*Hubungan antara Motivasi Belajar dan Kemampuan Membaca Pemahaman Siswa Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 Bandar Lampung Tahun 2016/2017*”. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, Volume. 3 No. 2 (hlm 2-5)
- Perdani, Putri, Admi. (2014) “*Peningkatan Keterampilan Sosial Anak Melalui Permainan Tradisional*”  
<http://ejournal.unisri.ac.id/index.php/jpaud/article/download/1207/10>, (diakses 7 maret 2023)
- Prakoso, D. P. (2015). “*Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani terhadap Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli di SMA Dr.Soetomo Surabaya*”. 913.<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/9/article/view/10115>  
 (diakses 8 maret 2023)
- Purwanto, Didik, (2014). *Pengaruh Program Latihan Speed, Agility, and Quicness (SAQ) dan Plyometric terhadap Kecepatan dan Kelincahan pada Atlet Sepakbola Universitas Tadulako*. Tesis: Universitas Negeri Surabaya
- Suarka, I Nyoman., dkk. (2011). *Nilai Karakter Bangsa Dalam Permainan Tradisional Anak-Anak Bali*. Denpasar: Universitas Udayana
- Safari, Indra. (2010). “*Analisis Unsur Fisik Dominan Pada Olahraga Tradisional.*” *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, Volume 40, Nomor 2 (hlm 157–64).
- Sari, Ni Made Anom Pramita, Ni Nyoman Ganing, and Luh Ayu Tirtayani. (2017). “*Pengaruh Permainan Tradisional Megoak-goakan Terhadap Perkembangan Keterampilan Lokomotor Anak Kelompok B Di PAUD Jempiring.*” *e-Journal Pendiidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesha*, Volume 5, Nomor 1, (hlm 55–64).
- Sudarno SP. (1992). *Pendidikan Kesegaran Jasmani*. Jakarta : Dirjen DiktiDepartemen Pendidikan Dan Kebudayaan
- Sadoso Sumosardjuno. (1998). *Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Gramedia.
- Toho Cholik Mutohir, Ali Maksum. (2007) *Sport Development Indeks*. Jakarta, PT. Indeks.

- Wijaya, P. Tastra. (2018). "*Orientasi, Arah Kebijakan, dan Program Pembangunan Budaya Bali di Masa Datang*". Pemerintah Daerah Kabupaten Buleleng. <https://bulelengkab.go.id/assets/instansikab/124/bankdata/tradisi-Megoak-goakan-43.pdf>.( diakses pada 4 Maret 2023)
- Yuliandra, R., Nuhroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Metode Circuit Training Terhadap Daya Ledak Otot Kaki. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, Volume 9, Nomor 3, (hlm157–161).

