

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyan, Y., Ali, M., & Diana, F. (2023). Pengaruh Weight Training Terhadap Daya Tahan Daya Otot Lengan Atlet Pencak Silat Tapak Suci MTs Negeri 4 Kabupaten Tanjung Jabung Timur. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 5(1), 53–63. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v5i1.23533>
- Amroin, Y. S., & Indahwati, N. (2021). Peningkatan Keterampilan Tendangan Dalam Pencak Silat Melalui Variasi Gerak Dasar Tendangan “T” dan Tendangan Depan Pada Siswa Kelas V SDN Pinggir Papas 1. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(3). <https://doi.org/10.58258/jime.v7i3.2091>
- Andika, R., & Purba, M. (2024). Pendidikan Budaya pada Pertunjukan Silat sebagai Atraksi pada Pesta Pernikahan Masyarakat Minangkabau di Kota Medan. *Journal of Education Research*, 5(3), 27622767. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1160>
- Andriawan, B., & Irsyada, R. (2022). Pembinaan Prestasi Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) di Kabupaten Wonosobo Tahun 2020. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 205–213. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.53544>
- Arikunto. (2013). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. *Renaka. cipta, Jakarta*, 116.
- Armini, N. K. (2024). Evaluasi Metode Penilaian Perkembangan Siswa dan Pendidikan Karakter dalam Kurikulum Merdeka Pada Sekolah Dasar. *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 4(1), 98–112. <https://doi.org/10.37329/metta.v4i1.299>
- Bakhtiar, A., & Irawan, F. A. (2023). Analisis Kesesuaian Gerak Tendangan Sabit Pada Atlet Pencak Silat Perguruan Perisai Diri Kecamatan Wedung. *Jses : Journal of Sport and Exercise Science*, 6(1), 11–16. <https://doi.org/10.26740/jses.v6n1.p11-16>
- Dede Pebriandi Sihotang & Novita. (2021). Pengaruh Latihan Circuit Training Untuk Meningkatkan Kesegaran Jasmani Atlet Pencak Silat Usia Dini (9-12 Tahun) Di Perguruan Tapak Suci Gelanggang Sd Muhammadiyah 18 Medan. *Journal Physical Health Recreation*, 2(1), 34–44. <https://doi.org/10.55081/jphr.v2i1.517>
- Deswita, E., Rahmafitri, F., Asmendri, A., & Sari, M. (2023). Meningkatkan Nilai Kearifan Lokal melalui Implementasi Program P5 Silek Tuo Pagaruyung. *Al-Idaroh: Jurnal Studi Manajemen Pendidikan Islam*, 7(2), 295–312. <https://doi.org/10.54437/alidaroh.v7i2.922>
- Dimas Amjad Zukruf, Erdy Arista Desti, & Yopi Hutomo Bhakti. (2024). Meningkatkan Kekuatan Tendangan T Atlet Pencak Silat Lampung Utara

- Melalui Latihan Plyometric. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner*, 2(04), 1106–1111. <https://doi.org/10.70294/jimu.v2i04.499>
- Ediyono, S., & Widodo, S. T. (2019). Memahami Makna Seni dalam Pencak Silat. *Panggung*, 29(3). <https://doi.org/10.26742/panggung.v29i3.1014>
- Fajriyudin, M., Aminudin, R., & Fahrudin, F. (2021). Pengaruh Metode Continuous Running Terhadap Peningkatan Daya Tahan Siswa Ekstrakurikuler Pencak Silat di Pondok Pesantren Modern Nurussalam. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(1), 51–59. <https://doi.org/10.35706/jlo.v2i1.4435>
- Fauzan, I., Rihatno, T., & Sari, E. F. N. (2023). Keterampilan Tendangan Samping Pencak Silat Melalui Media Botol. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, 3(1), 8–18. <https://doi.org/10.35706/joker.v3i1.7051>
- Fitria Kautsari Azizah & Lu'luil Maknun. (2022). Pengembangan Karakter dan Keterampilan peserta didik Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler. *Tadzkirah : Jurnal Pendidikan Dasar*, 3(2), 1–15. <https://doi.org/10.55510/tadzkirah.v3i2.133>
- Guntur Sutopo, W. & Misno. (2021). Analisis Kecepatan Tendangan Sabit Pada Pesilat Remaja Perguruan Pencak Silat Tri Guna Sakti Di Kabupaten Kebumen Tahun 2020. *jumora: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 27–34. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i01.131>
- Hidayat Cakrawijaya, M. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Peer Teaching Terhadap Kerjasama dan Hasil Belajar Jurus Pada Pembelajaran Pencak Silat. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 1(2), 125–138. <https://doi.org/10.59734/ijpa.v1i2.13>
- Hotliber Purba, P. (2019). Perbedaan Pengaruh Latihan Menggunakan Karet Dengan Menggunakan Dumbbell 1 Kg Terhadap Kecepatan Pukulan Oi Tsuki Chudan Pada Atlet Karate Putra Perguruan Wadokai Dojo Sma Negeri 11 Medan Tahun 2017. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 2(1), 60. <https://doi.org/10.31851/hon.v2i1.2465>
- Ilham, W., Musa, N. M., & Amin, R. Mohd. (2023). Pencak Silat sebagai Warisan Budaya: Identitas Lokal Seni Silat Ulu Ambek di Pariaman, Sumatera Barat. *Al Mabhats : Jurnal Penelitian Sosial Agama*, 8(1), 37–54. <https://doi.org/10.47766/almabhats.v8i1.1046>
- Kumala, S. F. R., Ali, M., & Putra, C. P. (2023). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Siswa Kelas V pada Gerak Dasar Pencak Silat di SD Negeri 143/IX Tenggeris. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 5(2), 131–142. <https://doi.org/10.22437/ijssc.v5i2.27050>
- Lamusu, A., Mile, S., & Lamusu, Z. (2022). Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kecepatan Lari Jarak Pendek. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v4i1.13376>

- Lubis. (2014). *Pencak Silat*. Panduan Praktis. Jakarta Pt Rajagrafindo.
- Marlianto, F., Yarmani, Y., Sutisyana, A., & Defliyanto, D. (2018). Analisis Tendangan Sabit Pada Perguruan Pencak Silat Tapak Suci Di Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 2(2), 179–185. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8740>
- Michael posner, P. fitts. (2021). A different look at featured motor learning models: Comparison exam of Gallahue's, Fitts and Posner's and Ann Gentile's motor learning models. *Movement & Sport Sciences*, 2, 53–63.
- Moch. Miftachurrohman, Wasis Himawanto, & Moh. Nurkholis. (2023). Teknik Dasar Yang Dominan Digunakan Pada Saat Pertandingan Kejuaraan Pencak Silat Piala Ketua Umum IPSI Kabupaten Kediri II-2023. *Sprinter: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 247–254. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.376>
- Mochammad Alex. (2022). Analisis gerak bertahan menggunakan tendangan T pada olahraga pencak silat. *Journal for physical Activity (JPA)*, 3(2), 40–48. <https://doi.org/10.58343/jpa.v3i2.65>
- Muhtar, T. (2020). *Pencak silat*. UPI Sumedang Press.
- Mukhlisin, M., Sofy, M., Hadi, D. S., & Uspitawati, U. (2023). Nilai-Nilai Keislaman pada Pendidikan Ketarunaan (Studi terhadap SMK Pelayaran Buana Bahari Cirebon). *Al-Fikri: Jurnal Studi dan Penelitian Pendidikan Islam*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.30659/jspi.6.1.18-41>
- Mustolih, M., & Hermayawati, H. (2015). The 2013 Curriculum Based Syllabus For Senior High School's English Extracurricular Program. *JELE (Journal of English Language and Education)*, 1(2), 2013. <https://doi.org/10.26486/jele.v1i2.164>
- Mutiara Pratiwi, Noveriza Pusparani, Eki Priady Sinaga, Rizqullah, M., & Widanti, A. (2024). Pencak Silat Sebagai Atraksi Wisata Budaya Desa Gardu. *TOBA: Journal of Tourism, Hospitality and Destination*, 3(3), 47–53. <https://doi.org/10.55123/toba.v3i3.3984>
- Nasihudin, N., & Hariyadin, H. (2021). Pengembangan Keterampilan dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(04), 733–743. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i04.150>
- Pratiwi, H. D., Rusdiana, A., Imanudin, I., Badruzaman, B., Hidayat, I. I., Hardwis, S., Haryono, T., Umaran, U., Kurniawan, T., & Ugelta, S. (2024). Analisis Kinematik Tendangan T Pencak Silat Melalui Prosedur Kelelahan: Analisis 2D. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(1), 182–202. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v5i1.2637>
- Rachman, J. B., Adityani, S., Suryadipura, D., Utama, B. P., Sutantri, S. C., & Novalini, M. R. (2021). Sosialisasi pelestarian pencak silat sebagai warisan budaya dan soft power indonesia. *Transformasi: Jurnal Pengabdian*

- Masyarakat*, 17(2), 207–219.
<https://doi.org/10.20414/transformasi.v17i2.3999>
- Rino Lusiyono Lucius, & Daryanto, Z. P. (2022). Analisis Pengembangan Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Tendangan Pencak Silat. *Journal Sport Academy*, 1(1), 10–16. <https://doi.org/10.31571/jsa.v1i1.3>
- Selvia, B., Lian, B., & Sari, A. P. (2020). Penerapan Pembinaan Ekstrakurikuler Dalam Kegiatan Pembelajaran Full Day School. *Jmksp (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, dan Supervisi Pendidikan)*, 5(2), 152.
<https://doi.org/10.31851/jmksp.v5i2.3763>
- Setiansyah, E., Sumantri, A., & Anggara, D. (2023). Survei Tingkat Keterampilan Dasar Tendangan Lurus Pencaksilat Pada Ekstrakurikuler Di Smk 1 Kabupaten Rejang Lebong. *Educative Sportive*, 4(2), 155–159.
<https://doi.org/10.33258/edusport.v4i02.3961>
- Setyawan, A., & Setiawan, I. (2022). Kondisi Fisik dan Teknik Atlet Pencak Silat Pagar Nusa Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 449–460.
<https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.60635>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, F. (2015). *Metode penelitian kombinasi. (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Supriatna, N., Asy'ari, H., & Zamroni, M. A. (2024). Implementasi Active Learning Dalam Pembelajaran PAI Di SMK Negeri Tegalwaru Purwakarta. *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan*, 4(1), 146–162.
<https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v4i1.1587>
- Suri, F. (2021). Peranan Ektrakurikuler Pramuka Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Di SMA Negeri 4 Binjai. *Ability: Journal of Education and Social Analysis*, 42–51. <https://doi.org/10.51178/jesa.v2i4.287>
- Syafaruddin, S. (2019). TINJAUAN OLAHRAGA FUTSAL. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8108>
- Wibowo, R. A. T., Jasmani, J., Kusuma, I. A., Yulianto, P. F., Suwanto, W., & Iwandana, D. T. (2023). Pengaruh Latihan Plyometric Single Leg Bound dan Circuit Training terhadap Peningkatan Tendangan Sabit pada Siswa Pencak Silat. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)*, 6(2), 182–191. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v6i2.6169>
- Yofiana, Y., Kumalasari, P. A., Alviaturohmah, V., Kinasih, G. P., Muntamah, A., Miharjo, H. J. R., & Rizkyawan, B. B. (2023). *Hubungan Kecemasan Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Hukum UNNES 2023*. 2(2).