

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D. (2013). *Fleksibilitas Otot Hamstring Pada Kasus Tightness Hamstring Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan*.
- Akbar, M. (2018). Alternatif Alat Ukur Maximal Power Pukulan Dan Tendangan Berbasis Digital Sandsack Dalam Olahraga Pencak Silat Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | *Perpustakaan.Upi.Edu*,48. [http://repository.upi.edu/44526/5/SPS\\_T\\_POR\\_1602974\\_Chapter2.pdf](http://repository.upi.edu/44526/5/SPS_T_POR_1602974_Chapter2.pdf)
- Amir, T. L., Mustaqim, B., Maratis, J., Fisioterapi, F., Esa, U., Fisioterapis, S. P., Fisioterapi, F., Esa, U., Berlari, K., & Bola, S. (2020). Hubungan daya ledak otot tungkai dengan kecepatan berlari pada pemain sepak bola. *Journal of Physiotherapy Research and Education*, 1(1), 55–62. <https://journal.apitifi.org/index.php/ijopre/article/view/11>
- Amir, T. L., Sari, N., Wibowo, E., & Esaungul, U. (2021a). *DENGAN TINGKAT FLEKSIBILITAS OTOT HAMSTRING PADA PEMAIN SEPAK BOLA Pendahuluan*.
- Amir, T. L., Sari, N., Wibowo, E., & Esaungul, U. (2021b). *HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN TINGKAT FLEKSIBILITAS OTOT HAMSTRING PADA PEMAIN SEPAK BOLA*. 18(2), 247–254.
- Arham, S. (2019). Kontribusi Kekuatan, Kecepatan, Kelincahan Dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Teknik Pada Permainan Futsal. *Exercise : Journal of Physical Education and Sport*, 1(1), 10–24. <https://doi.org/10.37289/exercise.v1i1.20>
- Aswadi, Amir, N., & Karimuddin. (2015). Penelitian Tentang Perkembangan Cabang Olahraga Futsal. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi*, 1(1), 38–44. <http://www.jim.unsyiah.ac.id>
- Bakirtzoglou, P., Ioannou, P., & Bakirtzoglou, F. (2010). Evaluation of Hamstring flexibility by using two different measuring instruments. *Sportlogia*, 6(2), 28–34. <https://doi.org/10.5550/sgia.1002028>

Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqw, W. K. H., Zklfk, E., Edvhg, L. V, Wkh, R. Q.,(2015) . KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI, BERAT BADAN DAN TINGGI BADAN TERHADAP KEMAMPUAN LOMPAT JAUH GAYA BERJALAN DI UDARA.

[https://www.researchgate.net/publication/269107473\\_What\\_is\\_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars\\_12December2010.pdf%0Ahttps://thinkasia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625](https://www.researchgate.net/publication/269107473_What_is_governance/link/548173090cf22525dcb61443/download%0Ahttp://www.econ.upf.edu/~reynal/Civilwars_12December2010.pdf%0Ahttps://thinkasia.org/handle/11540/8282%0Ahttps://www.jstor.org/stable/41857625)

Brooks, J. H. M., Fuller, C. W., Kemp, S. P. T., & Reddin, D. B. (2006). *Incidence, Risk, and Prevention of Hamstring Muscle Injuries in Professional Rugby Union*. 1297–1306. <https://doi.org/10.1177/0363546505286022>

Bryantara, O. F. (2016). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBUGARAN JASMANI ( Vo2 Maks ) Atlet Sepakbola. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Vol.4No.(December),237–249. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i2.2016.237>

CAEL, & Pillars, H. (2010). FUNCTIONAL ANATOMY.

Farhan. (2021). Pengaruh Kualitas Pelayanan, Fasilitas Dan Harga Terhadap Kepuasan Konsumen Restoran BROTTA SUKI dan BBQ, Jakarta Pusat.

Gago. (2013). PENINGKATAN FLEKSIBILITAS OTOT HAMSTRING PADA PEMBERIAN MYOFASCIAL RELEASE DAN LATIHAN AUTO STRETCHING SAMA DENGAN LATIHAN STRETCHING KONVENSIONAL. 8, 1–11.

García-Pinillos, F., Ruiz-Ariza, A., Moreno del Castillo, R., & Latorre-Román, P. (2015). Impact of limited hamstring flexibility on vertical jump, kicking speed, sprint, and agility in young football players. *Journal of Sports Sciences*, 33(12), 1293–1297. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1022577>

Hermawan, I., & Batista Sili, L. L. S. (2016). Norma Tes Daya Ledak, Kecepatan,

Daya Tahan Sepakbola Untuk Kategori Usia 13 - 14 Tahun. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 1(1),10.

<https://doi.org/10.24114/pjkr.v1i1.4771>

Hutomo Suryo, A. D. (2019). Peningkaasastan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahragasasasasasa (SENALOG)*, 2(1), 21–24.

Indrayana, B., & Dasar, S. (2019). Hubungan Standing Broad Jump Dan Lari Sprint 20 Meter Terhadap Hasil Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa Kelas Xi Sma Xaverius Ii Kota Jambi. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 19.

<https://doi.org/10.24114/jp.v3i5.13445>

Irfan, M., & Natalia. (2008). Beda Pengaruh Auto Stretching dengan Contract Relax and Stretching terhadap Penambahan Panjang Otot Hamstring. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 8(1), 65–87.

Junge, A., & Dvorak, J. (2010). Injury risk of playing football in Futsal World Cups. *British Journal of Sports Medicine*, 44(15), 1089–1092.

<https://doi.org/10.1136/bjism.2010.076752>

Jarral, S., Karim, S., Shehzadi, I., Malik, F., Rafaqat, A., Akram, M. J., & Junaid, M. (2021). Association of body mass index with flexibility in adults. *Italian Journal of Sport Rehabilitation and Posturology*, 8(18), 1892–1903.

<https://doi.org/10.17385/ItaJSRP.21.18.080302>

Latuheru, R. V. (2019). Hubungan Antara Kelentukan Togok, Keseimbangan Badan, Dan Daya Ledak Tungkai Dengan Kemampuan Lompat Jauh. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 3(1), 22.

<https://doi.org/10.26858/sportive.v3i1.16855>

Mahbubi, E., Lesmana, S. I., Amir, T. L., Fisioterapi, F., Unggul, U. E., & Korespondensi, P. (2021). HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN KECEPATAN BERLARI PADA PEMAIN CRICKET DKI JAKARTA. *Indonesian Journal of Physiotherapy Research and Education*, 2(2), 40–45.

- Mustafa, I. (2022). Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Tinggi Badan terhadap Kemampuan Lompat Jauh pada SMP Negeri 2 Bolupoddo. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 6(1), 22. <https://doi.org/10.26858/sportive.v6i1.31535>
- Nahe, W. (2013). EFEK PENAMBAHAN CORE STABILITY EXERCISE PADA CONE DRILL EXERCISE TERHADAP PENINGKATAN AGILITY PADA PEMAIN FUTSAL PASCA SPRAINED ANKLE KRONIS.
- Nur Syam. (2019). DIKDAS MATAPPA : Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar TERHADAP PENINGKATAN PROFESIONALISME GURU. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, vol 2 no 1(april), 17–24.
- Nurchayani, D., Lesmana, S. I., Hilmy, M. R., Fisioterapi, F., Unggul, U. E., & Jeruk, K. (2019). Hubungan Ekstensibilitas Hamstring Dan Stabilisasi Hip Pada Pemain Futsal. *Jurnal Fisioterapi*, 19(2), 68–75.
- Pradipta, A. (2020). *HUBUNGAN FLEKSIBILITAS HAMSTRING DENGAN KECEPATAN BERLARI PADA PEMAIN FUTSAL RSUD CENGKARENG*. July, 1–23.
- Sarika, S., Balajirao, S. B., & Shenoy, S. (2019). Evaluation of Acute Effects of Combined Stretching Methods on Flexibility, Agility and Speed Among Cricket Players. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(10), 29–41. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3247882>
- Yukarda, A., Pujianto, D., & Arwin, A. (2019). Pengaruh Latihan Pliometrik Standing Long Jump (Broad Jump) Dan Standing Jump Terhadap Lompat Jauh Gaya Gantung Atlet Atletik Lompat Jauh Provinsi Bengkulu Di Pplp Bengkulu. *Kinestetik*, 3(2), 216–222. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i2.8923>