

DAFTAR PUSTAKA

- Angel, J. M. (2011). *Ciné Parkour: A cinematic and theoretical contribution to the understanding of the practice of parkour*.
- Arifin, Z. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V di MIN Donomulyo Kabupaten Malang. *Al-Mudarris: Journal Of Education*, 1(1), 22–29.
- Arikunto, S. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Badriah, D. L. (2011). *Fisiologi Olahraga*. Bandung: Mutzaman.
- Bagchi, A. (2015). A Comparative Electromygraphical Investigation Of Triceps brachii and Pectoralis Major During Four Different Freehand Exercises. March.
- Chaves, L. M. da S., Santos, G. V., Teixeira, C. L. S., & Da Silva-Grigoletto, M. E. (2020). Calisthenics and Bodyweight Exercise: Different Concepts or Scientific Synonyms? *Revista Brasileira de Fisiologia Do Exercício*, 19(1), 13–15. <https://doi.org/10.33233/rbfe.v19i1.3985>.
- Dunamei, B. I., Effendi, H., & Komaini, A. (2018). Tinjauan Tentang Manfaat, Resiko, dan Aturan Dalam Olahraga Parkour pada Komunitas Core Team Parkour Freerun Padang. *Jurnal Stamina*, 1(1), 123–134.
- Giriwijoyo, S. (2005). *Manusia dan olahraga*. ITB.
- Guerra, L. A., Dos Santos, L. R. A., Pereira, P. E., Lauria, V. T., de Lima, C., Evangelista, A. L., Rica, R. L., Bocalini, D. S., Messias, C. B., & Teixeira, C. V. I. S. (2019). A low-cost and time-efficient calisthenics strength training program improves fitness performance of children. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(1), 58–64. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s1009>
- Gumilar, G., Kusmayadi, I. M., & Zulfan, I. (2018). Komunitas Olah Raga Untuk Kaum Urban Bandung: Membangun Jaringan Komunikasi Melalui Media Sosial. *Jurnal Riset Komunikasi*, 1(1), 158–169. <https://doi.org/10.24329/jurkom.v1i1.22>.
- Gumilar, R. (2019). Pengaruh Gaya Mengajar ditinjau dari Percaya diri Terhadap Hasil Belajar Handspring Senam Lantai. *Journal of S.P.O.R.T*, 3(1), 56–61.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga, Teori Dan Metodologi*. Jakarta: Remaja Rosdakarya, 6.
- Hidayat, A., & Indardi, N. (2015). Survei Perkembangan Olahraga Rekreasi Gateball Di Kabupaten Semarang. *Journal of Sport Science and Fitness*, 4(4), 49–53.

- Isnanto, J. (2021). Perbandingan Kekuatan Otot Tangan, Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Punggung, Kekuatan Otot Perut dan Fleksibilitas antar Komunitas Calisthenics di Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Latif, I. A., Setiawan, D., Pd, M., Keguruan, F., Ilmu, D., Latif, I. A., Olahraga, D., Terhadap, P., & Jurusan, K. (2023). Dampak Olahraga Parkour Terhadap Kebugaran.
- Lippincott williams & wilkins. (2013). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. Lippincott williams & wilkins. <https://dl.uswr.ac.ir/bitstream/Hannan/139268/1/9780781769037.pdf>.
- Narlan, A. Juniar, D.T (2018). *Statistika Dalam Penjas. CV Budi Utama*.
- Otarsky, C. H. J. K., Hristensen, B. R. K. C., & Iller, J. A. S. M. (2018). Effect of Progressive Calisthenics Push-up Training on Muscle Strength and Thickness. 32(3), 651–659.
- Palar, C. M., Wongkar, D., & Ticoalu, S. H. R. (2015). Manfaat latihan olahraga aerobik terhadap kebugaran fisik manusia. *EBiomedik*, 3(1).
- Rizaldi, R. Y. (n.d.). Makna Olahraga Caslithenics Sebagai Gaya Hidup Masyarakat Urban Muda.
- Sasabila, C. (2021). Perkembangan, Manfaat dan Resiko Olahraga Rekreasi Parkour Pada Komuitas Parkour Freerun Flow IT Pekanbaru. Universitas Islam Riau.
- Siti Hanifah, I. S. (2015). Survei Pembinaan Atlet Tarung Derajat di Satuan Latihan Se-Kota Semarang Tahun 2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(11), 2189–2193. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr%0ASURVEI>
- Sjachran, Basah, 2004. "Hukum Tata Negara Perbandingan", Bina Aksara, Jakarta
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sugiyono, P. D. (2017). Metode penelitian bisnis: pendekatan kuantitatif, kualitatif, kombinasi, dan R&D. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung, 225.
- Sulianta, F., & Pratama, M.I. 2017. Membentuk Tubuh dengan Kedahsyatan Calisthenics Sreetworkout. Yogyakarta: PT. Leutika Nouvalitera.