

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul S., (2017). Pengaruh Latihan Curls Dumble Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bola Voli Siswa Sman 6 Kendari. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol. 16. (2), Juli-Desember 2017: 1-8.*
- Adi, S. (2016). Latihan Mental Atlet Dalam Mencapai Prestasi Olahraga Secara Maksimal. *Prosiding Seminar Nasional Peran Pendidikan Jasmani Dalam Menyangga Interdisipliner Ilmu Keolahragaan.*
- Agus, A., (2021). Olahraga Kebugaran Jasmani Sebahai Suatu Pengantar. (192)
- Alfasya, M., Ramadi, Alfo, Juita, A., (2018). *The Effect Dumbbell Fly Practice To Arms And Shoulders Muscle Pelti Dumai Tennis Team. Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.*
- Arifin, Z., (2020). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di MIN Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal Of Education.* Vol. 22.
- Arifin, Z., Al-Hikmah, S., Agung, B., & Kanan, W. (2020). Metodologi Penelitian Pendidikan Education Research Methodology.
- Arikunto, S., (2019). Manajemen Penelitian. *Rineka Cipta.*
- Atiq, A., & Budiyanto, K. S. (2020). Analisis Latihan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola untuk Atlet Pemula. *Gelanggan Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 4(1), 15–22. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1482>
- Baqer, S. & Bawono, M., N., (2021). Kontribusi Konsentrasi Terhadap Hasil Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra SMPN 3. *Kontribusi Konsentrasi Terhadap Hasil Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putra SMPN 3 Madiun 534.*

- Bayu, A., P., Soenyoto, T., & Sugiarto, (2017). Metode Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai. *Journal of Physical Education and Sports. In JPES* (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Cahyo Nugroho, H., & Zauhar, S. (2014). Koordinasi Pelaksanaan Program Pengembangan Kawasan Agropolitan di Kabupaten Nganjuk. *J-PAL*, 5(1).
- Didik, Z., S., (2022). Prinsip Latihan Atlet Pada Berbagai Periode. *Prosiding TIN PERSAGI 2022*: 59-68.
- Dosen, S., Studi, P., Olahraga, P., Kesehatan, D., & Mataram, I. (2017). *Pada Club Warna Agung Mataram Tahun 2016*. 4(1).
- Ferry, H. W., Koagouw, V. I. A., & Kalangi, J. S. (2018). Teknik Wawancara Dalam Menggali Informasi Pada Program Talk Show Mata Najwa Episode Trans 7.
- Hartati, Solahuddin S., Irawan, A., (2020). Latihan Kelincahan Dan Keseimbangan Untuk Meningkatkan Hasil Dribble Sepak Bola. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan*. Vol. 9(1).
- Haryani, E., Ahmad, S., & Aradea, R. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Daya Serap Siswa pada Pelajaran Akuntansi. In *Journal of Education Research* (Vol. 2, Issue 2).
- Hawindri, B., S., (2016). Pemanfaatan Panduan Latihan Teknik Dasar Futsal Bagi Atlet Pemula. *Prosiding Seminar Nasional Peran Pendidikan Jasmani Dalam Menyanggu Interdisipliner Ilmu Keolahragaan*.
- Hidayat, W., & Rahayu, S. (2015). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Sepakbola Klub Persib Banyumas. *Info Artikel*. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>
- Ihsan, N. (2018). Sumbangan Konsentrasi terhadap Kecepatan Tendangan Pencak Silat. In *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* (Vol. 8). <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/mikiTerakreditasiSINTA4>

- Ikadarny, Sutriawan, A., Syarifudin, M., A., Haeril, (2023). Analisis Kemampuan Servis Bawah Pada Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*. Vol 11(1).
- Ilmiah Potensia ; Yuliasuti, J., Kurniah, S. M., & Ardina, N. (2020). Penerapan Metode Latihan Dengan Menggunakan Media Audio Visual Dalam Tari Kreasi Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Pada Kelompok B. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 5(1), 25–28. <https://doi.org/10.33369/jip.5.1.25-3x>
- Ilmu, J., Olahraga, K., Tatimu, F., Supit, R., & Sumaraw, F. (2021b). Hubungan Antara Daya Ledak Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Floating Dalam Permainan Bola Voli. *I*. 2(2), 100–105. <https://ejournal.unima.ac.id/index.php/physical>
- Irmansyah, J., Lubis, M., R., & Permadi, A., G., (2018). Model Latihan Imagery Terhadap Ketepatan Floating Service Atlet Voli Pantai NTB. *JIME*, Vol.4(2).
- Izzuddin, D. A., & Widyanti, I. T. (2021). Dampak Latihan Passing Dipantulkan Kedinding Terhadap Kemampuan Passing Atas Permainan Bola Voli Di Perumahan Buana Asri. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitas*. 1(2).
- Latihan, P., Dengan, I., Fartlek, L., Peningkatan, T., Pemain, V., Voli, B., Kharisma, Y., Zakky Mubarak, M., Kesehatan, P. J., Rekreasi, D., Nahdlatul, S., & Indramayu, U. (n.d.). *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan* <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP>. 2580–6335. <https://doi.org/10.35569>
- Maghfur S., & Irawan, R., (2022). Kemampuan Servis Floating Dan Jumping Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Ma Nu Mazroatul Huda Karanganyar Demak 2022. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribbling Sepakbola Untuk Pemula Usia SMA. *Sport Science & Education Journal*, 1(2). <https://ejournal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/issue/archive>
- Maisaroh, P., Athar, Khairi, M., (2020). Analisis Komponen Kebugaran Jasmani Peserta Didik Sekolah Negeri Dilihat Dari Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Kelas

- V Usia 10-12 Tahun Kota Banjarbaru. *Stabilitas Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Vol. 1(1).
- Maizan, I., & _ U. (2020). Profil Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Padang Adios Club. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.24036/jpo134019>
- Metode Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Power Otot Tungkai Bayu Purwo Adhi, P., Soenyoto, T., & Artikel, S. (2017a). *Journal of Physical Education and Sports*. In *JPES* (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Mile, S., Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2022). Survei Sarana dan Prasarana Bola Voli di SMA/SMK Se-Kecamatan Suwawa Kabupaten Bone Bolango. *Jendela Olahraga*, 7(1), 50–63. <https://doi.org/10.26877/jo.v7i1.8943>
- Mubarok, M., Z., (2016). Pengaruh Metode Latihan Interval Dan Kemampuan Agility Terhadap Peningkatan Keterampilan Dribbling Permainan Sepak Bola. *Jurnal Olahraga* 2 (2) (2016) 41 *JO* 2 (2). <http://jurnalolahraga.stkipasundan.ac.id/index.php/jurnalolahraga>
- Nasrulloh, A., Prasetyo, Y., & Apriyanto, K., D., (2018). Dasar-Dasar Latihan Beban.
- Nopiyanto, E., Y., Syafrial, Sihombing, S., (2019). Hubungan Panjang Tungkai Dan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Hasil Lari *Print* 100 Meter. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 3(2).
- Palar, C. M., Wongkar, D., Ticoalu, S. H. R., Manado, S. R., Anatomi, B., (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. In *Jurnal e-Biomedik (eBm)* (Vol. 3, Issue 1).
- Prakoso, G. P. W., & Sugiyanto, F. (2017). Pengaruh metode latihan dan daya tahan otot tungkai terhadap hasil peningkatan kapasitas VO2Max pemain bola basket. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 151. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.10177>
- Putra, I. M., Dani, R., Suhatman, I., Jasmani, P., Rekreasi, D., Muhammadiyah, S., Bungo, M., Guru, P., & Dasar, S. (2022). Pengaruh Metode Latihan Floating Service Terhadap Ketepatan Servis Atas Pemain Bola Voli Putri SMP. *Jurnal Muara Pendidikan*, 7(1).

- Rezqa, M., Dadang, H., 2bc, P., Habibie, M., Olahraga, P., Islam, U., Muhammad, K., Al Banjari, A., Kalimantan, I., Arsyad, M., & Banjari, A. (2023). *Comparison of biomotor tests on wrestling athletes from banjarmasin city and banjarbaru city* (Vol. 1, Issue 2).
- Risma, N., & Jatra, R. (2020). Pengaruh latihan variasi terhadap kemampuan servis atas bolavoli pada mahasiswi putri unit kegiatan mahasiswa penjaskesrek. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 2(2), 55. <https://doi.org/10.31258/jope.2.2.55-60>
- Risma, N., & Jatra, R., (2020). Pengaruh Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Servis Atas Bolavoli Pada Mahasiswi Putri Unit Kegiatan Mahasiswa Penjaskesrek. *Jurnal Of Sport Education*. Vol. 2(2) 55-60.
- Rohman, S. (2015). Pengaruh Pelatihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kelincahan. *e-journal*.
- Saputra, D., & Sumantri, A. (n.d.-a). Jalan Meranti Raya Nomor 32 Sawah Lebar. In *Educative Sportive-EduSport* (Vol. 2022, Issue 3).
- Sari, Y. B. C., & Guntur, G. (2017). Pengaruh metode latihan dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil keterampilan servis atas bola voli. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 100. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12773>
- Setiawan, Y., Sodikoen, I., & Syahara, S. (2018). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi Atlet Putera Tae Kwon Do di BTTC Kabupaten Rokan Hulu.
- Srianto, W., (2020). Pengembangan Model Latihan Teknik Smash Dalam Olahraga Bola Voli. *Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Reaksi*.
- Sudarsono, S., (2022). Penyusunan Program Pelatihan Berbeban Untuk Meningkatkan Kekuatan.
- Sugiyono, (2017). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. *Alfabeta*.

- Syntia, H., Sugiarto, (2022). Kontribusi Latihan Overhead Tricep Extension Terhadap Servis Atas Bola Voli Siswa. In *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)* (Vol. 3, Issue 1). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jok>
- Tatimu, F., Supit, R., Sumaraw, F., (2021). Hubungan Antara Daya Ledak Otot Lengan Dengan Kemampuan Servis Floating Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. Vol.2(2) 100-105
- Trisnowiyanto, B., (2016). Latihan Peningkatan Kemampuan Biomotor (Kelincahan, Kecepatan, Keseimbangan dan Fleksibilitas) Dengan Teknik Lari (Shuttle Run, Zig-Zag, Formasi 8) Pada Persilat.
- Wati, S. (2018). Pengaruh Latihan Terpusat Dan Latihan Acak Terhadap Hasil Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket. (Vol. 2, Issue 1).
- Yusmar, A., (2017). Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar. <http://id.wikipedia.org/wiki/Bola>.