

DAFTAR PUSTAKA

- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Wicaksono, P. A. (2021). Efektivitas *vertical jump* terhadap kemampuan *smash* bola voli putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 1-9.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2021). *The effect of hypnotherapy and mental toughness on concentration when competing for futsal athletes*. *Medikora*, 20(1), 53-64.
- Anggraini, D. T., & Hasibuan, M. U. Z. (2023). Pengaruh Latihan Pliometrik Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Pada Atlet Atletik Klub Stadion Mini Kota Jambi. *Indonesian Journal Of Sport Science And Coaching*, 5(1), 21-27.
- Amansyah, A., & Daulay, B. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42-48.
- Arif, Y., & Alexander, X. F. R. (2019). Pengaruh Latihan *Plyometric Jump To Box* Terhadap *Power* Otot Tungkai Pemain Bola Voli Pada Tim Putri Penjaskesrek Undana. *Jurnal Segar*, 8(1), 38-46.
- Bagaskara, B. A., & Suharjana, S. (2019). Pengaruh Latihan *Plyometric Box Jump* Dan *Plyometric Standing Jump* Terhadap Kemampuan *Vertical Jump* Pada Atlet Klub Bola Voli. *Medikora*, 18(2), 64-69.
- Bakar, A., Nasuka, N., & Sabtosa, I. (2019). Pengaruh Latihan *Plyometric* Dan Panjang Tungkai Terhadap *Smash* Ukm Bolavoli Universitas Tadulako. *Journal Of Sport Coaching And Physical Education*, 4(2), 66-74.
- Cirana, W., Hakim, A. R., & Nugroho, U. (2021). Pengaruh Latihan *Drill Smash* Dan Umpan *Smash* Terhadap Keterampilan *Smash* Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(1), 1-11.
- Destriana, D. (2018). Latihan *Passing Atas Double Contact* Terhadap Keterampilan Bola Voli. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(1), 26.
- 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*, 03(83), 53-62.

- Fauqi, A. (2020). Pengaruh Latihan *Plyometric* Terhadap Kemampuan *Jumping Smash* Pada Atlet Putra Bola Voli Ukm-Maba Stkip Yapis Dompu. *Jiip-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 3(3), 677-686.
- Fauzi. M. A, Gatot.J, & Nurhidayat. (2022). Tingkat Keterampilan *Smash* Pada Tim Bola Voli Putri Sembrani Kabupaten Boyolali. *Journal Power Of Sports*. 5(1), 40-48.
- Febriyanto, A., & Fahmi, F. (2022). Model Latihan *Blocking* Bola Voli Untuk Atlet Pemula. *Jurnal Jp3m (Pgsd, Pjkr, Ppkn Dan Matematika)*, 3(01), 107- 116.
- Hanggara, D., & Ilahi, B. R. (2018). Implementasi Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma N 1, 2 Dan 3 Bengkulu Tengah. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 16-22.
- Kuncoro, A. D. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 118-125.
- Kurniawan, K., & Ramadan, G. (2016). Pengaruh Latihan *Plyometric* Terhadap Hasil *Smash* Pada Ekstrakurikuler Bolavoli. *Juara: Jurnal Olahraga*, 1(2), 110-120.
- Ningsih, T. G., Witarsyah, W., Sin, T. H., & Setiawan, Y. (2020). Manfaat Latihan Variasi Jarak Servis Terhadap Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 2(4), 916-927.
- Nugroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Latihan *Plyometric* Terhadap Peningkatan Kemampuan *Vertical Jump* Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket Sman 1 Pagelaran. *Sport Science And Education Journal*, 1(1), 1-4.
- Nurdiansyah, N., & Susilawati, S. (2018). Pengaruh Latihan *Plyometric Hurdle Hopping* Terhadap Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 17(1), 30.
- Ozon, F. H. A., & Sistiasih, V. S. (2023). Pengaruh Latihan *Plyometric Standing Jump* Terhadap Peningkatan *Vertical Jump* Pemain Bola Voli Tunas Harapan Ponorogo. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 9(1), 133-145.
- Putra, M. A. (2023). *The Effect Of Plyometric Jump To Box And Depth Jump Exercises On Limb Muscle Power In Extracurricular Students*. *Journal Of Sport Education And Training*, 4(1), 36-45.

- Radcliffe, J., & Farentinos, R. (2015). *High-Powered Plyometrics, 2E*. Human Kinetics.
- Ricky, Z. (2020). Studi Eksperimen Pengaruh Latihan *Jump In Place* Terhadap Kemampuan *Smash* Bola Voli. *Jendela Olahraga*, 5(2), 150-159.
- Rohendi, A. & Suwandar, E. (2018). *Metode Latihan & Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Bandung: Alfabeta.
- Sahabuddin, S. (2019). Pengaruh Latihan *Knee tuck jump* Dan Latihan Box Jump Terhadap Peningkatan *Smash* Bolavoli Ditinjau Daya Ledak Tungkai. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 3(1), 38-48.
- Saputra, H. A., Rasyid, W., Neldi, H., & Masrun, M. (2023). Pengaruh Latihan *Plyometric* Dengan Metode *Interval* Dan Metode *Circuit Training* Dengan Motivasi Latihan Terhadap Hasil Lompat Jauh Siswa Putera Kelas X Ipa Sma Negeri 14 Pekanbaru. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(1), 130-142.
- Siregar, F. S., Sembiring, M. M., & Siregar, A. (2021). Analisis Perbedaan Kontribusi Variasi Latihan *Passing* Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (Joki)*, 1(2), 102-108.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyanto, S., & Martiani, M. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan *Smash* Dalam Permainan Bola Voli. *Gelanggan Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 74-80.
- Srianto, W. (2018). Pengembangan Model Latihan Teknik *Smash* Dalam Olahraga Bola Voli. *Trihayu*, 4(3), 436-444.
- Sutisyana, A., & Ilahi, B. R. (2017). Pengaruh Metode Latihan *Plyometric* Terhadap Kemampuan *Jumping Smash* Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMPN 1 Bermani Ilir Kabupaten Kepahiang. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 1(1), 64-67.

