

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, Apri. 2013. *Olahraga Kebugaran. Padang*: SukabinaPress
- Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Era Pustaka Utama.
- Ahmadi. (2013). *Psikologi Sosial*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta
- Akbar, A. (2022). Analisis Pengaruh Latihan Kombinasi Weight Training Dengan Running Abc Untuk Meningkatkan Kecepatan Atlet Lari Gawang. *Journal of Sport Science and Fitness*, 8(2), 150-155.
- Aka, B. A. (2009). *Cerdas dan Bugar dengan Senam Lantai*. Surabaya: GRASINDO
- Ambarukmi, D. H., et al. (2007). *Pelatihan Pelatih Fisik Level 1*. Jakarta. ASDEP Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Bidang Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga. Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Ambarukmi, D. H., et al. (2007). *Pelatihan Pelatih Fisik Level 1*. Jakarta. ASDEP Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Bidang Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga. Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga
- Asnaldi, A. (2012). Dasar – dasar Pembinaan Kondisi Fisik. (<http://achong132.blogspot.com/2011/06/v-behaviorurldefaultvml-o.html>) di unduh tanggal 15 September 2014
- Bafirman. (2018). *Pembentukan Kondisi Fisik*. UNP Press.
- Beutelsthal. (2014). *Belajar Bermain Bola voli*. Pioner Jaya.
- Basrowi & Suwandi. (2018) *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka.
- Chu, D. A., Myer, G. D. (2013). *Plyometrics*. United States of America: Human Kinetics.
- Creswell W. Jhon. 2013 *Research Design Pendekatan Kualitatif, kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

- David, Sandler, McNeely. 2007. *Power Plyometrics The Complete Program*. Singapore: Meyer & MeyerSport.
- Dwi Hatmisari Ambarukmi, dkk. *Pelatihan pelatih fisik 1*. Jakarta Kementrian Pemuda dan Olahraga, 2007.
- Hasan, M Iqbal, *Pokok-pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Ghalia Indonesia, Bogor. 2002.
- Hasana, M. (2013). *Pengaruh Latihan Pliometrik Depth Jump Dan Jump To Box Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bola Voli Klub Tugumuda Kota Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*, Bandung : PT Remaja Rosadakarya.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: FPOK UPI
- Harsono.(2018). *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Irawadi, Hendri. 2017. Kondisi Fisik dan Pengukurannya. FIKUNP. Padang
- Irfandi, F. I. (2022). Pengaruh latihan squat jump terhadap kemampuan lompat jauh siswa kelas xi sman 1 baitussalam kabupaten aceh besar. *Sport Pedagogy Journal*, 1(1), Article 1.
- Lumintuarso, R. (2013). *Teori Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: LANKOR. KEMENPORA
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek untuk SMA Kelas X*. Bandung : Erlangga.
- Mylsidayu. A., & Kurniawan. F. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta
- Nazir, Moh. (2005). *Metode Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia

- Riadi, Mastur. 2010. *Raih Kebugaran Jasmani Melalui Latihan Beban (Weight Training)*. Mataram: Insitut Keguruan Ilmu Pendidikan Mataram.
- Siswantoyo, S. (2014). Peningkatan power tungkai pesilat remaja melalui latihan pliometrik. *Cakrawala Pendidikan*, (1), 83777.
- Sugiyono (2006), *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Elfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: ALFABETA.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Medika
- Sukadiyanto & Muluk. (2011). *Metode Melatih Fisik atlit voli*. Yogyakarta: FIK UNY
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Sukandarrumidi. 2002. *Metode Penelितain*. Yogyakarta : Gadjha Mada Universisty Press.
- Suhadi. (2004). Pengaruh Pembelajaran Bola Voli Suhadi Terhadap Kemampuan Kognitif Anak Sekolah Dasar : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Presiden RI*, 1,1–53.
- Vieira, L. H. P., Doğramaci, S. N., Barbieri, R. A., Milioni, F., Moura, F. A., Andrade, V. L. de, Cesar, G. M., Santiago, P. R. P., Vieira, L. H. P., Doğramaci, S. N., Barbieri, R. A., Milioni, F., Moura, F. A., Andrade, V. L. de, Cesar, G. M., & Santiago, P. R. P. (2016). *Preliminary results on organization on the court, physical and technical performance of Brazilian professional futsal players: Comparison between friendly pre-season and official match*.

Zakaria dan Mudian. 2018. *Pengaruh Latihan Plyometrics Jump To Box terhadap Peningkatan Power Tungkai Siswa Kelas X pada Permainan Bola Voli*. Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang, Vol. 4 No. 01, Hal. 1-7.