

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, I. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: Unimed Press.
- Astuti, Y., Fardi, A., & Arsil, A. (2020). **Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli**. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 9(2), 83-91.
- Azahrah, F., Afrinaldi, R., & Fahrudin, F. (2021). **Keterlaksanaan Pembelajaran Bola Voli Secara Daring Pada SMA Kelas X Se-Kecamatan Majalaya**. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 531-538.
- Bompa, T. O. (1983). *Theory and Methodology of Training: The Key to Athletic Performance*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Emral. (2017). *Pengantar Teori dan Metodologi Pelatihan Fisik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Hardinoto, N., & Ambarita, F. D. (2024). **Pengaruh Variasi Latihan Passing Bawah Terhadap Keterampilan Passing Bola Voli Pada Atlet Putri Club Akral Deli Serdang Tahun 2023**. *Athena: Physical Education and Sports Journal*, 2(2), 32-43.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma.
- Herlambang, T. (2017). **Olahraga Tradisional sebagai Identitas Budaya Indonesia**. *Prosiding Seminar Nasional KeIndonesiaan II*, 346–348.
- Julian, S., & Henjilito, R. (2024). **Kontribusi Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Servis Atas Permainan Bola Voli Putra pada Atlet Club Rajawali.** *Education and Learning Journal*, 3(3).
- Kurniati, E. (2016). *Permainan Tradisional dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Anak*. Jakarta: Kencana.
- Kusumawati. (2014). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). **Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar**. *Sport Science and Education Journal*, 1(1).

- Mufidatul, K. (2013). ***Pengaruh Latihan Plyometric Depth Jump to Box Terhadap Power Otot Tungkai pada Atlet Bola Voli Klub Tugu Muda Kota Semarang*** (Skripsi). Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Raison, M. P. (2023). **Survei Keterampilan Passing Bawah Pada Team Bola Voli Putra STKIP Kie Raha Ternate**. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(8), 819-830.
- Ramadhani, A. S., et al. (2023). **Peran Olahraga Bagi Tumbuh Kembang Anak Usia Dini**. *Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga*.
- Rima Febrianti. (2016). **Pembelajaran Penjasorkes Menggunakan Media Video Terhadap Minat Siswa SMP PGRI Petanahan Mempelajari Bola Voli Tahun 2014**. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 2(1).
- Shiddiq, F. I. A., & Rahayu, E. T. (2022). **Kontribusi Model Personalized System for Instruction (PSI) terhadap Passing Bawah Bola Voli Siswa**. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 3(2), 1-12.
- Sidik, D. Z., Pesurnay, P. L., & Afari, L. (2019). ***Pelatihan Kondisi Fisik***. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2011). ***Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D***. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). ***Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik***. Bandung: Lubuk Agung.
- Susila, L. (2021). **Pengaruh Metode Latihan High Intensity Interval Training (HIIT) dalam Meningkatkan Power Otot Tungkai dan Kelincahan pada Permainan Bola Voli**. *Ainara Journal*, 2(3), 230–238.
- Widodo, P., & Lumintuarso, R. (2017). **Pengembangan model permainan tradisional untuk membangun karakter pada siswa SD kelas atas**. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 183–193.
- Yuskhil. (2017). ***Teknik Dasar Bolavoli: Sebuah Model Pembelajaran***. Pacitan: STKIP PGRI Pacitan.