

DAFTAR PUSTAKA

- Ajijah, J. H., & Selvi, E. (2021). *Pengaruh Kompetensi dan Komunikasi Terhadap Kinerja Perangkat Desa*. 13(2), 232–236. <https://journal.feb.unmul.ac.id/index.php/JURNALMANAJEMEN/article/download/9800/1323>
- Andiyanto. (2020). *Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai, Daya Ledak Otot Lengan Dan Percaya Diri Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola Voli*. Vol. 4, 249-259. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran.
- Akhmad, Imran. 2013. *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan: UNIMED PRESS
- HB, Bafirman. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: PT. RajaGrafindo Persada.
- Basri, I. (2018). *Pengaruh Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Servis Bawah Permainan Bolavoli Siawa Ekstrakurikules SMP Negeri 22 Kota Pekanbaru Baru*. <https://repository.uir.ac.id/5605/>
- Cirana, W., Rohman Hakim, A., Nugroho, U., Rohman Hakim SOr MPd, A., Nugroho SPd, U., & MOr, K. (2023). *Keterampilan Smash Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020*. In Jurnal Ilmiah Penjas (Vol. 7, Issue 1). <http://repository.utp.ac.id/1079/>
- Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2022). *Perbedaan Latihan Resistance Band dan Latihan Dumbbell Shoulder Press Terhadap Kemampuan Shooting Bola Basket*. Jendela Olahraga, 7(2), 53–61. <https://doi.org/10.26877/jo.v7i2.12061>
- Hidayat, T., & Munandar, R. (2022). *Pengaruh Pelatihan Dumbbell Curl Dan Shoulder Press Terhadap Peningkatan Power Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Lengan*. Ainara Journal, 3(3), 160–164. <https://journal.ainarapress.org/index.php/ainj/article/view/168/171>
- Huda, A. S. (2018). *Pengaruh Latihan Power Otot Tungkai, Power Smash Normal (Pada Klub Bola Voli Putra Bina Taruna Semarang Tahun 2018)*. <https://lib.unnes.ac.id/37243/>
- Ikhsan Haris Setyawan. (2016). *Pengaruh Latihan Pliometrik Lateral Box Jump Dan Depth Jump Terhadap Otot Tungkai Di Tim Psti Putra Kota Kediri*. http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2016/12.1.01.09.0029.pdf
- Maspawati Maspawati, Bakri Bakri, & Afdal Afdal. (2023). *Pengaruh Bantuan Langsung Tunai Dana Desa (BLT DD) Terhadap Kesejahteraan Masyarakat Desa Parenring, Kecamatan Lilirilau, Kabupaten Soppeng*.

- Journal Of Administrative And Social Science, 4(2), 82–96. <https://doi.org/10.55606/jass.v4i2.351>
- Munar, H., Usni, M., & Hasibuan, Z. (2018). *Pengaruh Latihan Depth Jump Over Hurdle Terhadap Kemampuan Rebound Bolabasket Tim Basket Putra Fik Unja*. In Jurnal Cerdas Sifa (Vol. 27, Issue 2). <https://online-journalk.unja.ac.id/cps/article/view/6220>
- Naufal Azis. (2019). *Pengaruh Latihan 8 Minggu Dengan Resistance Band Di Periode Khusus Terhadap Power Tungkai Atlet Taekwondo*. <https://www.academia.edu/89923954>
- Nugroho, R. A., Yuliandra, R., Gumantan, A., & Mahfud, I. (2021). *Pengaruh Latihan Leg Press dan Squat Thrust Terhadap Peningkatan Power Tungkai Atlet Bola Voli*. Jendela Olahraga, 6(2), 40–49. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i2.7391>
- Nur Ahmad Muharram, & Puspodari. (2020). *Pengembangan Buku Teknik Dasar Taekwondo Berbasis Mobile Learning Dan Model Tes Keterampilan Tendangan Ap Hurigi Pada Atlet Taekwondo Kota Kediri*. Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga), 5(2), 41–46. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.1006>
- Nur Fauzi, M., Jariono, G., Muhammadiyah Surakarta, U., Yani Kartasura Surakarta, J. A., & Tengah, J. (2022). *Tingkat keterampilan Smash pada Tim Bola Voli Putri Sembrani Kabupaten Boyolali*. Journal Power Of Sports), 5(1), 40–48. <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPOS>
- Nurafifah, W., & Rachmania, S. (2023). *Pendidikan dan Pembelajaran Analisis Kepribadian Anak Hiperaktif dalam Proses Pembelajaran di Kelas II Sekolah Dasar serta Upaya Mengatasinya* (Vol. 3, Issue 2). <https://journal.actual-insight.com/index.php/mindset>
- Qolbiah, L., & Fatimah, H. (2022). *Analisis Efektivitas dan Kontribusi Pajak Restoran, Pajak Penerangan Jalan, dan Bea Perolehan Hak Atas Tanah dan Bangunan terhadap Pendapatan Asli Daerah Kota Payakumbuh Tahun 2016-2021*. <https://prosidingpold.pjn.ac.id/index.php/snampjn/article/view/5527/2556>
- Romadhon. (2017). *Pengaruh Latihan Menggunakan Resistance Band Terhadap Power Tungkai Atlet Ukm Taekwondo Uny*. Skripsi. <https://core.ac.uk/download/pdf/149129963.pdf>
- Ropianti, Sinurat R, & Putra M A. (2021). *Pengaruh Latihan Plyometrik Squat Jump Terhadap Power Otot Tungkai Pada Atlet Bola Voli Club Putra Kunto Darusalam* (Vol. 2, Issue 2). <https://journal.upp.ac.id/index.php/joset/article/download/1136/658/2847>
- Sudjana. 2005. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sepdanius, E., Rifki, M. S., & Komaini, A. (2019). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. PT RajaGrafindo Persada.

- Setyo Budiwanto. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*.
- Suprianti, D., Paripurna, Z., & Pasundan, S. (2017). *Perbandingan Latihan Pliometrik Depth Jump dan Jump To Box Power Terhadap Otot Tungkai dalam Smash Permainan Bola Voli*. In JO (Vol. 3, Issue 1). <https://www.researchgate.net/publication/339825199>
- Widha Sianto. (2018). *Pengembangan Model Latihan Teknik Smash Dalam Olahraga Bola Voli*. download.garuda.kemendikbud.go.id
- Wismiarti, & Hermanzoni. (2020). *Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Bolavoli*. Jurnal Patriot, 2(2), 654–668. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/644/308>
- Yulia, D., Mulyadi, N., Pd, M., & Pratiwi, E. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. www.bening-mediapublishing.com

