

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Arikunto. (2010) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Barbara L, Viera, Ms. Jill Fergusson, Bonie, Ms (2000). *Tingkat Pemula Bola Voli*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Bompa, T. (2009). *The and Methodology of Training*. Dubuque: Hunt Publishing Company
- Danang Ari Santoso. *Pengaruh Latihan Plyometric Split Squat jump dan Depth Jump Terhadap Power Otot Tungkai Pada Permainan Bola Voli*.
- Elya Wibawa. *Pengaruh Latihan Clapping Push Up dan Bench Dip Terhadap Power Otot Lengan Pada Atlet Tarung Derajat Kabupaten Lombok Tengah Tahun 2020*.
- Furqon H, M, Muchsin Doewes. (2002). *Pliometrik: Untuk Meningkatkan Power*. Program Pasca Sarjana: Surakarta
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya Offset.
- Harsuki. (2003). *Perkembangan Olahraga Terkini: Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Akhmad I. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahraga*. Medan Unimed Press.
- Indra K. (2016). *Model Pembelajaran Teknik Dasar Smash Bola Voli*. Unimed Press. Universitas Negeri Medan.
- Yunus M. (1992). *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Dikjen Dikti.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Radcliffe, J. C & Farentinos, R.C. (1985); *Plyometrics Explosive Power Training*. 2nd ed. Champaign, Illionis: Human kinetics Published, Inc.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung Penerbit Alfaberta.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Rajawali Pers. PT. Raja Grafindo Persada.