

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Nuril. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era PustakaUtama.
- Aman. 2013. **Upaya Meningkatkan Hasil *Passing* Atas Bola Voli melalui Penerapan Variasi Bentuk Latihan Berpasangan Dengan Menggunakan Media Simpai Pada Atlet Putera *Club* Bola Voli Pencawan Tahun 2013**. *Skripsi*. Medan: Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: RinekaCipta.
- Barbara L,Viera. (2001). *Bola Voli Untuk Pemula*. Jakarta: PT Raja GrafindoUtama.
- Bompa, Tudor O. (2000). *Total Training for Young Champions*. USA :Versa Press
- Durrwachter Gerhard. (1982). *Bola Volley Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: PT Gramedia.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta:Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Indra Kasih. (2016). *Belajar dan Berlatih Pass Atas dan Pass Bawah*. Medan: Unimed Press.
- Nossek, Yosef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Institut Nasional Olahraga Lagos.
- Nurhasan (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: DepartemenPendidikanNasional.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- <http://dikatama.com/sejarah-permainan-bola-voli/> diakses pada 12 Desember 2016 pukul 11.30 WIB
- <http://www.duniafitnes.com/workout-guide/chest/chest.html> diakses pada 19 Desember 2016 pukul 13.15 WIB
- <http://www.duniafitnes.com/workout-guide/chest/chest.html> diakses pada 02 Januari pukul 10.12 WIB