

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullahtulkhaer. (2016). *Pengaruh Pemberian Latihan Pliometrik Jump to Box Terhadap Perubahan Tinggi Lompatan pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Sulawesi (PERSIS) Bina Bola Makassar. Universitas Hasanuddin Makasar: Fakultas Kedokteran.*
- Akhmad, Imran. (2013). *Dasar- Dasar Melatih Fisik Olahragawan.* Penerbit : Unimed Press, Universitas Negeri Medan.
- Arisetiawan, E. (2019). Plyometrics: Meningkatkan Power Otot Tungkai dan Under Shoot Atlet Bola Basket. *Journal Sport Area ISSN 2528-584X Ed 2020; 5(1) : 76-83.*
- Arnitayani. (2021). Pengaruh Pelatihan Scissor Jump dan Single Leg Speed Hope Dengan Tingkat Kecepatan Berbeda Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis. *Jurnal Penjakora. Volume 8 Nomor 2, September 2021*
- Fauzi. (2007). Pengaruh Latihan Pliometrik Modifikasi Terhadap Power Otot Tugkai pada Olahraga Bola Voli. *Cakrawala Pendidikan. Juni 2007, Th. XXVI, No. 2*
- Haetami, Mimi. (2021). Meningkatkan Power Tungkai Melalui Metode Latihan Pliometrik. *Jendela Olahraga. Volume 6, No. 2, Juli 2021, pp. 108-119*
- Hasanah, Mufidatul. (2013). *Pengaruh Latihan Pliometrik Depth Jump dan Jump to Box Terhadap Power Otot Tungkai pada Atlet Bola Voli Club Tugumuda Semarang. Universitas Negeri Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan.*
- Munizar. (2016). Kontribusi Power Otot Tungkai dan Power Otot Lengan Terhadap Pukulan Smash pada Pemain Bola Voli Club Himadirga FKIP UNSYIAH. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah Volume 2, Nomor 1: 26-38 Februari 2016.*
- Nasution, Akhmad. (2018). Survey Teknik Dasar Bermain Sepakbola pada Siswa SMKT Somba Opu Kabupaten Gowa. *Universitas Negeri Makkasar: Fakultas Ilmu Keolahragaan.*
- Putra, Pratama. (2019). *Pengaruh Latihan Pliometrik Terhadap Peningkatan Power Tungkai dan Jauhnya Long Pass pada Siswa KU 14 Tahun SSB Kridaning Karso Ksatrio (KKK) Klajuran. Universitas Negeri Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.*
- Perikles, Yonsa. (2016). Pengaruh Latihan Jump to Box, Front Jump, dan Depth Jump Terhadap Peningkatan Eksplisive Power Otot Tungkai dan Kecepatan. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia. Volume 6. No. 1, Juni 2016.*
- Sandi, Kurnia. (2019). Latihan Explosive Power Otot Tungkai Berpengaruh terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Program Studi Pendidikan*

Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Satria, Haris. (2016). Pengaruh Latihan Power Otot Tungkai terhadap Peningkatan Tendangan Jarak Jauh Sepakbola. *Jurnal Ilmiah BINA EDUKASI Vol.9 No.1, Juni 2016: 11-20*

Sunarba. (2018). Pengaruh Pelatihan Side Jump Sprint dan Scissors Jump Terhadap Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undikhsa p-ISSN: 2613-9693 Volume 6 No. 2 Tahun 2018.*

Usmadi. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas dan Uji Normalitas. *Inovasi Pendidikan. Vol. 7. No 1, Maret 2020.*

Utamasya, Dharma. (2019). Pengaruh Latihan Jump to Box Terhadap Power Otot Tungkai Ekstrakurikuler Bola Basket. *Journal of Sport and Excercise Science, Vol 2, No. 2, 2019 (55-59).*

Zakaria, Gumilar. (2018). Pengaruh Latihan Pliometrik Jump to Box Terhadap Peningkatan Power Tungkai Siswa Kelas X pada Permainan Bola Voli. *BIORMATIKA Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang Vol. 5 No 01 Februari 2018 ISSN (p) 2461-3961 (e) 2580-6335.*

