

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, D. (2016). *Prinsip-prinsip latihan dalam olahraga*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anmar, M. U. (2017). *Pengaruh latihan variasi drill terhadap hasil smash bola voli*. Universitas Negeri Medan.
- Arikunto, S. (1991). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Ariyani, L. (2009). *Permainan bola voli*. Universitas Negeri Medan.
- Atmaja, T., & Tomaliyus. (2015). *Evaluasi keterampilan teknik dasar permainan bola voli*. RajaGrafindo Persada.
- Azhar, A. (2019). *Evaluasi pendidikan jasmani dan olahraga*. CV Budi Utama.
- Barbara, V., & Ferguson, B. J. (2000). *Bola voli tingkat pemula*. PT RajaGrafindo Persada.
- Beutelstahl, D. (1986). *Belajar bermain bola voli*. CV Pionir Jaya.
- Beutelstahl, F. (2007). *Fundamentals of volleyball*. Sportsverlag.
- Blume, G. (2004). *Permainan bola voli: Training, teknik, taktik*. FIK UNP.
- Bompa, T. O. (1999). *Periodization: Theory and methodology of training*. Human Kinetics.
- Bompa, T. O. (2003). *Total training for young champions*. Human Kinetics.
- Bompa, T. O. (2009). *Theory and methodology of training: The key to athletic performance*. Human Kinetics.
- Broadbent, D. P., Causer, J., Ford, P. R., & Williams, A. M. (2019). Training perceptual-cognitive expertise: How should practice be structured? In A. M. Williams & R. C. Jackson (Eds.), *Anticipation and decision making in sport* (pp. 286–305). Routledge.
- Budianto, A. (2016). *Metodologi pelatihan olahraga*. Deepublish.
- Edwards, W. H. (2011). *Motor learning and control: From theory to practice*. Wadsworth Cengage Learning.
- Fajriafiat, N. N., Ismah, I., Nurmulkiah, I., Saputra, M., Nurul, N. F., & Alfarandi, R. (n.d.). *Teknik smash bola voli*.
- Fitriadi, A., & Barlian, E. (2019). *Teori dan aplikasi latihan olahraga prestasi*. Alfabeta.
- García-de-Alcaraz, A., Ortega, E., & Palao, J. M. (2020). Game phases performance in men's volleyball: From initial to top-level categories. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 16(61), 257–266.
- Hariono. (2006). *Latihan kondisi fisik*. Direktorat Pembinaan SMA, Departemen Pendidikan Nasional.
- Harris, C. (2018). *The history of volleyball*. Sports Publishing.

- Harsono. (1988). *Coaching dan aspek-aspek psikologi dalam olahraga*. CV Tambak Kusuma.
- Hidayat, K. N., Yudiana, H., Hambali, H., & Slamet, S. (2016). Volleyball information system for volleyball performance assessment. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 4(3), 45–52.
- Hidayat, R., Widodo, W., & Anwar, C. (2016). Pengaruh latihan smash dengan variasi arah terhadap kemampuan smash bola voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 12–17.
- Irianto, D. P., et al. (2009). *Materi pelatihan kondisi fisik dasar*. KONI.
- Isman, H. (2014). *Hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan smash siswa kelas IX MTs.N Suka Negeri Manna*. Universitas Negeri Bengkulu.
- Kabar Sport. (2021, April 25). *Ukuran lapangan dan tinggi net bola voli*.
- Kasih, A. (2016). *Dasar-dasar permainan bola voli*. Graha Ilmu.
- Kim, H. Y., Park, H., & Shin, S. H. (2018). Effects of variable practice on motor learning: Evidence from a serial reaction time task. *Perceptual and Motor Skills*, 125(1), 55–67.
- Krishnan, C., Ranganathan, R., Dhaher, Y. Y., & Rymer, W. Z. (2019). Learning new gait patterns: Role of feedback and practice variability. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*, 16, 34.
- Lelis-Torres, N., Moreira, M. C., & Lima, R. M. (2017). Random vs. blocked practice in motor learning: A review and future perspectives. *Journal of Human Kinetics*, 56, 1–9.
- Miller, J., & Smith, R. (2020). *Volleyball coaching strategies*. Elite Sports Press.
- Mu'ammarr, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap hasil servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 63–70.
- Muta, M., & Komaini, K. (2019). Pengaruh latihan passing dengan variasi target terhadap kemampuan passing pada tim sepakbola SMAN 3 Bungo. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 112–120.
- Muthadis, F. (2020). *Pengaruh latihan teknik dasar terhadap peningkatan hasil smash atlet bola voli*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mutohir, T. C. (2013). *Pengembangan model latihan dalam olahraga*. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Nachmani, E., Goldbourt, U., & Tenenbaum, G. (2021). Variability of practice and its influence on performance: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 39(1), 36–47.
- Nugroho, A. J. (2015). Latihan metode drill untuk meningkatkan kemampuan passing bawah dalam permainan bola voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 1(1), 1–10.
- Nurhasan, M. (2008). *Tes keterampilan smash bola voli*. Pusat Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Nasional.

- Pambudi, S., & Silindro, H. (2021). *Analisis efektivitas latihan drill smash terhadap hasil serangan bola voli*. Universitas Negeri Surabaya.
- Pratama, A. (2017). *Pembelajaran motorik: Teori dan aplikasi*. Nusa Media.
- Priyandi, D., & Isnani, N. (2021). *Peningkatan keterampilan smash melalui latihan bola gantung pada atlet bola voli*. Universitas Negeri Jakarta.
- Roji. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Erlangga.
- Sattler, T., Hadžić, V., Dervišević, E., & Markovic, G. (2015). Vertical jump performance of professional male and female volleyball players: Effects of playing position and competition level. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(6), 1486–1493.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor control and learning: A behavioral emphasis*. Human Kinetics.
- Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2008). *Motor learning and performance: A situation-based learning approach*. Human Kinetics.
- Setianugrah, D., & Yulianto, T. (2022). Pengaruh latihan target tetap dan target berubah terhadap hasil smash dalam permainan bola voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(2), 55–63.
- Subagyo, A. (1982). *Metodologi pelatihan*. FPOK IKIP.
- Sudjana. (1982). *Metode statistik*. Tarsito.
- Sugiyanto. (2000). *Pengaruh metode latihan dan koordinasi terhadap kemampuan lob bulutangkis*. Universitas Sebelas Maret.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suharno. (2009). *Metode drill dalam pelatihan olahraga*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sujdana, I. (2021). Latihan drill dan metode latihan berpasangan dalam meningkatkan keterampilan passing bawah bola voli. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi*, 1(1), 85–92.
- Sujdana, I. (2021). *Metode drill dalam pelatihan olahraga*. Nusa Media.
- Sukadiyanto, S. (2002). *Keterampilan dasar dalam olahraga*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto, S. (2010). *Dasar-dasar latihan fisik*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto, S. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Lubuk Agung.
- Sutrisno. (2019). *Sejarah dan perkembangan bola voli di Indonesia*. Pustaka Olahraga Nasional.
- Tes Keterampilan Bola Voli. (n.d.). *Instrumen penilaian smash bola voli*. Universitas Negeri Padang.

- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan. (2022). Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia.
- Viva Pakarindo. (2006). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk SMA/MA kelas X*. Viva Pakarindo.
- Wein, H. (2004). *Developing game intelligence in soccer*. Reedswain Publishing.
- Widha, S. (2018). *Pengembangan model latihan teknik smash dalam olahraga bola voli*. Universitas Tunas Pembangunan.
- Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2005). *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics.
- Yunus. (1992). *Olahraga pilihan bolavoli*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ziv, G., & Lidor, R. (2016). Vertical jump in female and male volleyball players: A review of observational and experimental studies. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 20(4), 556–567.

