

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, T., Achmad Sofyan Hanif, Humaid, H., & Jufrianis. 2020. *New exercise model in Sepaktakraw Games. Technium Social Sciences Journal*, 14(1), 93–100
- Amalla, Yofi. 2019. Pengaruh Latihan *Tuck Jump* Dan *Box jump* Terhadap Kemampuan *Smash* Sepaktakraw. *Jurnal Patriot*. 1(2), 735-748.
- Astra, I. K. B. 2017. *Developing Instructional Material for Sepak Takraw Playing Technique Course Completed with Smart Audiovisual to Improve Competencies of the Students of Sport & Health Education Department Ganesha University of Education. International Research Journal of Engineering, IT and Scientific Research*, 3(4), 66–76.
- Atmaja, N. M. K., & Anggorowati, K. D. 2019. Pengembangan Model Permainan Sepaktakraw Sebagai Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*. STKIP. Melawi
- Coach Mac. (2016). *Panduan Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Olahragawan*. Yogyakarta : Thema Publishing.
- Furqon H & Muchsin Doewes. 2002. *Pliometrik untuk Meningkatkan Power*. Surakarta: Program Studi Ilmu Keolahragaan Program Pasca Sarjana UNS
- Hanafi, M. 2016. *Buku Ajar Sepak Takraw*. Surabaya: Adi Buana University Press, 2016 .
- Hanif, Achmad Sofyan. Asry Syam. *Sepak Takraw Pantai*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015.
- Hermanto, Y. F. 2017. Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap kemampuan Servis Atas Pada Klub Sepaktakraw Yunion Panggul Kabupaten Trenggalek Tahun 2016. *Artikel Jurnal, Program Studi Penjaskesrek, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Kediri*. PGRI Kediri
- Irianto, D. P. 2018. *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Bantul: Pohon Cemara.
- Iyakrus. 2012. *Permainan Sepak Takraw*. Palembang: Unsri Press.
- Johnson, Barry L, J. K. Nelson. (1986). *Practical Measurements for Evaluation in Physical Education*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Mahandra, S., & Ridwan, M. 2019. Latihan Bola gantung Berpengaruh Terhadap Kemampuan Servis Sepaktakraw. *Jurnal Patriot*, Universitas Negeri Padang, 1(2), 851–858.
- Nurhasan, M. (2001). Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani. Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas: 2001.
- Pernandes, A., & Sutisyana, A. 2018. Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Kemampuan *Smash* Kedeng Dan *Smash* Gulung Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Atlet Psti Kabupaten Lebong. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1)
- Pratama, D. S. 2018. Pengaruh Metode Latihan *Box jump* Dan Panjang Tungkai Terhadap Hasil *Smash* Pada Atlet Sepak Takraw Pplp Jawa Tengah. *Jendela Olahraga*, 3(1), 41–47.
- Sakti dan Irmansyah. 2016. Pengaruh Latihan *Pyometric* dan *Resistance* terhadap Peningkatan Kecepatan dan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmu Mandala Education*, Vol. 2 No. 2, Hal 218-229.
- Sudjana. (2005). Metode Statistika : Untuk Bidang Biologi, Farmasi, Geologi, Industri, Kedokteran, Penelitian, Psikologi, Teknik,dll. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono, “Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)”, (Bandung: Alfabeta Bandung, 2015), 194
- Sukadiyanto. 2011. Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik. Lubuk agung. Bandung
- Sulaiman. 2008. Sepak Takraw. Semarang : Universitas Negeri Semarang Press.
- Tamim, MH. 2023. Pengaruh Latihan *Split* terhadap *Smash* Kedeng Atlet Sepak Takraw Kecamatan Pringgabaya. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*
- Udomtaku, K., & Konharn, K. 2020. *Energy expenditure and movement activity analysis of sepaktakraw players in the Thailand league*. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 18(3), 136–141
- Winarno, M.E. (2006). Pengembangan Permainan Sepaktakraw, Jakarta: Center For Human Capacity Development
- Wiyaka, Ibrahim. 2012. Diktat Sepak Takraw Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Medan
- Zakaria dan Mudian. 2018. Pengaruh Latihan Plyometrics *Jump To Box* terhadap Peningkatan *Power* Tungkai Siswa Kelas X pada Permainan