

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiska Rani Ditya Candra, & Rumini. (2016). Pembinaan Prestasi di Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) Provinsi Jawa Tengah. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(2), 102–108. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>
- Aji, T. (2013). Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013. *Pola Pembinaan Prestasi Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Sepak Takraw Putra Jawa Tengah Tahun 2013*, 3(1). <https://doi.org/10.15294/miki.v3i1.2661>
- Alfiandi, P., Ali, N., & Wardoyo, H. (2018). Pengembangan Model Latihan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw. *Journal.Unj.Ac.Id*, 111–126. Retrieved from [journal.unj.ac.id](http://journal.unj.ac.id)
- Bashir, B., Sulehhyat, F., & Shafi, S. (2018). The effect of 8 weeks of plyometric and resistance training on agility , Speed and explosive power in cricket players. *Online Jurnal of Multidisciplinary Subjects*, 12(2), 586–590.
- Christanto, D. G., Sugiyanto, & Purnama, S. K. (2019). Validitas Produk Pengembangan Model Latihan Keterampilan Medium Shoot Bolabasket Berbasis Gerak Cutting Pada Pemain Putra Kelompok Usia 15-18 Tahun ( Studi Pengembangan Pada Klub Bolabasket Di Kabupaten Karanganyar ). *Proceedings of the National Seminar on Women's Gait in Sports towards a Healthy Lifestyle*, (April), 1–6.
- Effendi, H. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *Nusantara (Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial)*, 1, 27.
- Hanif, A. S. (2015). *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Hanif, A. S. (2017). *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw* (1st ed.). Jakarta: Rajawali Pers.
- Hanif, A. S., Hakim, A. A., & Basyiruddin, B. (2020). *Long-Term Athlete Development Sepaktakraw* (1st ed.). Depok: Rajawali Pers.
- Hartati, S., Kristiana Dewi, N. A., Puastuti, D., Muslihudin, M., & Setio Budi, N. (2017). Sistem Aplikasi EDUCHAT STMIK PRINGSEWU Berbasis ANDROID Sebagai Media Komunikasi dan Informasi. *Jurnal Nasional Teknologi Dan Sistem Informasi*, 3(1), 143–152. <https://doi.org/10.25077/teknosi.v3i1.2017.143-152>

- Leyva, W. D., Wong, M. A., & Brown, L. E. (2017). Resisted and Assisted Training for Sprint Speed: A Brief Review. *Journal of Physical Fitness, Medicine and Treatment in Sports*, 1(1), 555554. Retrieved from <https://juniperpublishers.com/jpfmts/pdf/JPFMTS.MS.ID.555554.pdf>
- Mardhika, R. (2016). Pengaruh Latihan Resistance Dan Pyometric Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelincahan Pada Pemain Futsal. *Wahana*, 68(1), 5–12. <https://doi.org/10.36456/wahana.v68i1.626>
- Purwaditia, A., & Supripto, A. W. (2017). Pengaruh Metode Latihan Pliometrik Terhadap Power Tekong Pada Atlet Putri Sepak Takraw. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 6(1).
- Putra, N. (2011). *Research & Development: Penelitian dan Pengembangan: Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ratinus Darwis & Penghulu Basa. (1992). *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*. Jakarta: DepDikBud.
- Robid, A., & Wijono. (2019). Perbandingan Speed Training Parachute Dengan Speed Resistance Band Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari Pada Pemain Futsal. *Jurnal Prestasi Olahraga*, (July), 1–23.
- Sadiman, A. S. (2006). *Media Pendidikan pengertian, pengembangan dan pemanfaatannya*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Safitri, D., & Sulaiman. (2021). Survei Kondisi Fisik dan Teknik Atlet Sepaktakraw BPLOP Jawa Tengah. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(2), 278–286.
- Sakti, N. W. P., & Irmansyah, J. (2016). Pengaruh Latihan Pyometric dan Resistance terhadap Peningkatan Kecepatan dan Daya Ledak Otot Tungkai. *JIME*, 2(2), 218–229.
- Soje, N., Hasyim, A. H., & Jahrir, A. S. (2020). Hubungan Antara Keseimbangan Dan Kelentukan Togok Terhadap Kemampuan Sepak Mula Pada Permainan Sepak Takraw Siswa Sma Kristen Kondosapata' Makassar. *Sport Review Journal*, 1, 17–26.
- Sugiyono, P. D. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sukadiyanto, S. (2010). Stress Dan Cara Mengurangnya. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(1), 55–66. <https://doi.org/10.21831/cp.v1i1.218>
- Sulaiman. (2008). *Sepak Takraw Pedoman Bagi Guru Olahraga, Pembina, Pelatih dan Atlet*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Syaodih, N. (2010). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.

Tegeh, I. M., Jampel, I. N., & Pudjawan, K. (2014). *Model penelitian pengembangan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Tegeh, I. M., & Kirna, I. M. (2013). Pengembangan Bahan Ajar Metode Penelitian Pendidikan dengan ADDIE Model. *Jurnal IKA*, 11(1), 16. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IKA/article/view/1145>

