

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, W. N. (2016). Model Pembelajaran Dick and Carrey Dalam Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia. *Kajian Linguistik Dan Sastra*, 1(2), 119. <https://doi.org/10.23917/kl.v1i2.3631>
- Al Rasyid, H., Setyakarnawijaya, Y., & Marani, I. N. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Hasil Renang Gaya Bebas 50 Meter pada Atlet Millenium Aquatic Swimming Cub. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1, 71–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JSCE.01106>
- Anandia, P. R., & Wahidi, R. (2016). Pengaruh Metode Latihan terhadap Peningkatan Keterampilan Renang Gaya Bebas. *Jurnal Olahraga*, 1(1), 28–38.
- Angko, N., & Mustaji. (2013). Pengembangan Bahan Ajar dengan Model ADDIE untuk Mata Pelajaran Matematika Kelas 5 SDS Mawar Sharon Surabaya. *Jurnal KWANGSAN*, 1(1), 1–15.
- Bangun, S. Y. (2018). Implementasi Latihan Olahraga Renang Anak Autis. *Olahraga Prestasi*, 14(1), 90–107.
- Baskar, D., & Rajan, K. M. (2018). Effect of Traditional Strength Training and Functional Strength Training Exercises on Arm Strength of College Male Polevaulters. *Physical Education*, 8(8), 56–57.
- Budiman, A. F., & Widiyanto. (2015). Perbedaan Sudut Tolakan Terhadap Nilai Power Tungkai. *Medikora*, 13(1), 1–14. <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4589>
- Cahyadi, R. A. H. (2019). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Addie Model. *Islamic Education Journal*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.21070/halaqa.v3i1.2124>
- Dharma, E., & Duhe, P. (2020). Latihan Fisik Untuk Kekuatan Dan Daya Tahan Olahraga Voli. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 2(1), 18–25.
- Dinata, R. M., Nurrochmah, S., & Sugiarto, T. (2015). Pengembangan Variasi Model Latihan Renang Gaya Bebas untuk Pemula di Perkumpulan Renang Taman Harapan Malang. *Pendidikan Jasmani*, 25(1), 48–55.
- Faradise Lekso, M. (2013). *Jpes 2 (1) (2013) Journal of Physical Education and Sports Pengaruh Metode Latihan Dan Power Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 Meter Atlet Kelompok Umur Iv Perkumpulan Renang Spectrum Semarang*. 2(1), 2. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Ginting, A. (2013). Program Pelatihan Berbeban Metode Sirkuit pada Cabang Olahraga Renang Gaya Bebas. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 19, 1–10.
- Guler, O., Tuncel, O., & Bianco, A. (2021). Effects of functional strength training on functional

movement and balance in middle-aged adults. *Sustainability (Switzerland)*, 13(3), 1–9. <https://doi.org/10.3390/su13031074>

Hanafi. (2017). Konsep Penelitian R & D Dalam Bidang Pendidikan. *Saintifika Islamica: Jurnal Kajian Keislaman*, 4(2), 129–150.

Haryati, S. (2012). Research and Development (R&D) Sebagai Salah Satu Model Penelitian dalam Bidang Pendidikan. *Research And Development (R&D) Sebagai Salah Satu Model Penelitian Dalam Bidang Pendidikan*, 37(1), 11–26.

Langga, Z. A., & Supriyadi. (2016). Pengaruh Model Latihan Menggunakan Metode Praktik Distribusi Terhadap Keterampilan Dribble Anggota Ekstrakurikuler Bolabasket SMPN 18 Malang. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 90–104. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/911>

Lubis, J. (2018). *Pembinaan Kebugaran Jasmani dan Pemulihan* (1st ed.). RAJAWALI PERS.\

Mansur, L. K., Irianto, J. P., & Mansur. (2018). Pengaruh Latihan Squat menggunakan Free Weight dan Gym Machine terhadap Kekuatan, Power, dan Hypertrophy Otot. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 150–161.

Marani, I. N. (2016). Hubungan Kecepatan Reaksi Dan Daya Ledak Otot Tungkai Otot Tungkai Terhadap Akselerasi 30 Meter Pada Lari Cepat 100 Meter Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Peran Pendidikan Jasmani Dalam Menyangga Interdisipliner Ilmu Olahraga, Maret*, 105–115. <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/SNPJ/article/view/995>

Mashud. (2019). *Variasi dan Kombinasi Dasar Gerak Renang* (A. Kristiyandaru (ed.); 1st ed.). Prodi PJ JPOK FKIP ULM Press.

Matjan, B. N. (2009). Komponen-komponen latihan dan faktor-faktor pendukung kualitas peak performance atlet. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 63–70.

Maulana, B., & Irawan, R. J. (2017). Pengaruh Latihan Burpee terhadap Jarak Lompatan Start pada Olahraga Renang. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 5(2), 51–60.

Nasrulloh, A., Prasetyo, Y., & Apriyanto, K. D. (2018). Dasar-dasar Latihan Beban. In *UNY Press*. <https://docplayer.info/163394993-Dasar-dasar-latihan-beban-ahmad-nasrulloh-yudik-prasetyo-krisnanda-dwi-apriyanto.html>

Nopiyanto, Y. E., & Dimiyati, D. (2018). Karakteristik psikologis atlet Sea Games Indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin The psychological characteristics of Indonesian Sea Games athletes in terms of sports and sex. *Jurnal Keolahragaan*, 6(1), 69–76. <http://dx.doi.org/10.21831/jk.v6i1.15010%0ACopyright>.

Oemar, T. M., & Marsudi, I. (2019). Evaluasi Program Latihan Atlet Puslatda Cabang Olahraga

Renang Ntb. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–11.

Penggalih, M. H. S. T., Hardiyanti, M., & Sani, F. I. (2015). Perbedaan Perubahan Tekanan Darah dan Denyut Jantung pada berbagai Intensitas Latihan Atlet Balap Sepeda. *Jurnal Keolahragaan*, 3(2), 218–227.

Pomatahu, A. R. (2018). *Box Jump, Depth Jump Sprint, Power Otot Tungkai Pada Cabang Olahraga Pencak Silat*. Zahir Publishing.

Pramono, D. B. (2014). Perbandingan Jarak Lompatan antara Grab Start dan Track Start pada Cabang Olahraga Renang (Atlet Renang SC Eagle Surabaya). *Kesehatan Olahraga*, 2(1), 28–36.

Prastyana, B. R. (2018). Efektifitas Latihan Functional Training dalam Upaya Meningkatkan VO2MAX Member Adi Raga Fitness Center Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 2(2), 97–103.

Rahmadana, R., & Maidarman. (2018). Analisis Keterampilan Renang Gaya Bebas Atlet Sailfish Swimming Club Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 1(1), 14–18.

Rezki, Jatra, R., & SM, N. R. (2019). Analisis Teknik Renang Gaya Bebas Pada Mahasiswa Mata Kuliah Renang. *Journal.Uir.Ac.Id*, 14, 258–265.

Rubiansyah, A., Rusdiana, A., & Mulyana, R. B. (2016). Pengaruh Latihan Plyometrics terhadap Hasil Tolakan Start pada Olahraga Renang. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 6–11. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.1538>.

Rusdiana, A. (2020). Analisis Kinematika Gerakan Track Start dalam Olahraga Renang Kinematic. *Jurnal Olahraga*, 5, 144–150.

Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif* (H. Upu (ed.); 1st ed.). Pustaka Ramadhan.

Sari, A. P. P., Amin, M., & Lukiati, B. (2017). Buku Ajar Bioteknologi Berbasis Bioinformatika Dengan Model ADDIE. *Jurnal Pendidikan*, 2(6), 768–772.

Sari, B. K. (2017). Desain Pembelajaran Model ADDIE dan Impelentasinya dengan Teknik Jigsaw. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan: Tema “Desain Pembelajaran Di Era ASEAN Economic Community (AEC) Untuk Pendidikan Indonesia Berkemajuan ,”* 87–102. [http://eprints.umsida.ac.id/432/1/ARTIKEL](http://eprints.umsida.ac.id/432/1/ARTIKEL%20Bintari%20Kartika%20Sari.pdf) Bintari Kartika Sari.pdf.

Sartono, & Adityatama, F. (2018). Pengaruh Metode Pembelajaran Renang Terhadap Kondisi Fisik Pada Anak Usia 8 Tahun. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 3(2), 112. <https://doi.org/10.33222/juara.v3i2.262>.

Setiyawan. (2017). Kepribadian Atlet Dan Non Atlet. *Jendela Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1289>.

- Sinatra, M. K., & Sudijandoko, A. (2020). Pengaruh Pelatihan Jump to Box terhadap Kemampuan Track Start Cabang Olahraga Renang Club Tirta Mulya SC . Nganjuk. *Kesehatan Olahraga*, 8(4), 107–112.
- Solihin, A. O. (2013). Peran Alat Bantu Rubber Resistant terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 25 Meter Mahasiswa PJKR Angkatan 2009 di STKIP Pasundan Cimahi. *Kepelatihan Olahraga*, 5(1), 1–11.
- Subagyo. (2018). *Belajar Berenang Bagi Pemula* (1st ed.). LPPM UNY.
- Susiono, R. (2012). *The Secret Power of Mind and Body Unification*. Garuda Indonesia Perkasa.
- Suyitno. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif: Konsep, Prinsip dan Operasionalnya*. Akademia Pustaka.
- Tegeh, I. M., Jampel, I. N., & Pudjawan, K. (2015). Pengembangan Buku Ajar Model Penelitian Pengembangan dengan Model ADDIE. *Seminar Nasional Riset Inovatif IV*, 208–216.
- Wiradihardja, S. (2017). Pengembangan Model Latihan Gerak Multilateral Cabang Olahraga Renang. *Jurnal Penjakora*, 3(1), 49–65.
- Yusuf, R., & Khaliq, A. (2017). Studi Kasus Minat Siswa MTS Hadil Ishlah Bilebante terhadap Olahraga Renang. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 11(1), 92–105.
- Yuwanto, L., & Sutanto, N. (2012). *Deskripsi psikologi atlet remaja berdasarkan analisis struktur EPPS*. 3.