

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanto, T. (2015). *Buku ajar teknik permainan bola voli*. Jakarta: FIK UNJ.
- Apriyanto, T., Asmawi, M., & Hanif, S. (2020). The effect of scoring skill and opponent errors on the team wins of the final four proliga volleyball team participants 2019. *KnE Social Sciences*, 1(1), 398–415.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Baharudin, L., & Hartoto, S. (2016). Hubungan antara aktivitas olahraga dengan kemampuan gerak dasar siswa (studi pada siswa kelas VI, V dan VI SD Negeri 7 Sidokumpul Gresik). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 04(01), 236–241.
- Bompa, T. O. (2009). *Theory and methodology of training (terjemahan)*. Dubuque Iowa: Kendall: Hunt Publishing Company.
- Enlinopita, T., & Setiana, I. (2021). Apakah latihan resistance band dapat meningkatkan kekuatan lengan siswa ekstrakurikuler bola voli SMP Kristen Aletheia Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 2(1), 9–13.
- Griwijoyo, S., & Sidik, D. Z. (2012). *Ilmu faal olahraga (fisiologi olahraga) fungsi tubuh manusia pada olahraga untuk kesehatan dan prestasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Indra Jaya. (2010). *Statistik penelitian untuk pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Irianto, D. P. (2004). *Pedoman praktis berolahraga untuk kebugaran dan kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Kadir. (2015). *Statistika terapan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Khadijah, & Amelia, N. (2020). *Perkembangan motorik usia dini*. Jakarta: Kencana.
- Lenberg, K. S. (2006). *Volleyball skills & drills*. New York: Human Kinetics.
- Lubis, J. (2013). *Panduan praktis penyusunan program latihan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ma'arif, N. N., & Mulyati. (2021). Anak melalui permainan tradisional pletokan pada kelompok B TKM NU 169 Khubbul Wathon Cerme Gresik. *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education*, 8(2), 111–120.
- Mardhika, R. (2017). Pengaruh latihan *resistance* dan *plyometric* terhadap kekuatan otot tungkai dan kelincahan pada pemain futsal. *Wahana Didaktika*, 68(1), 5–12.
- Masnun, D. (2009). *Kinesiologi*. Jakarta: FIK UNJ.

- Muslimin, & Helensi, P. (2022). Pengaruh metode latihan variasi terhadap ketrampilan passing bawah dalam permainan bola voli pada siswa SMP Negeri 59 Palembang. *Journal On Teacher Education*, 4(1), 628–639.
- Mustari, M. dan T. R. (2012). *Pengantar metode penelitian*. Yogyakarta: LaksBang Pressindo.
- Nebahatqoru, M., Sagitarius, S., Purnamasari, I., & Novian, G. (2021). Enam minggu latihan resistance band untuk meningkatkan power tendangan atlet taekwondo poomsae. *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(229), 215–224.
- Panathletic. (2017). *Resistance loop band workouts*. Berlin: Panathletic
- Pate, R. R., Clnaghan, B. M., & Rotella, R. (2013). *Dasar-dasar ilmu kepelatihan, Terjemahan Kasiyo Dwijowinoto*. Semarang: IKIP Press.
- Reynaud, C. (2011). *Technical and tactical skills volleyball coaching*. Champaign: Human Kinetics.
- Riani, F., Fajar, M., & Rizhardi, R. (2022). Pengaruh latihan kekuatan lengan menggunakan alat *resistence band* terhadap hasil smash siswa putra ekstrakurikuler bola voli SMA YPI Tunas Bangsa Palembang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani*, 90–101. Palembang: Universitas PGRI Palembang.
- Rihatno, T., & Tobing, S. R. A. L. (2019). Pengembangan Model latihan kekuatan otot lengan pada cabang olahraga softball. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan, Volume 10* (Retrieved from <https://doi.org/10.21009/GJIK.101.01>)
- Setyosari, P. (2010). *Metode penelitian pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Silaban, R. A., Sulaiman, I., & Rihatno, T. (2019). Pengaruh metode latihan dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan passing dalam sepakbola. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(2), 193–201.
- Simplify, F. (2017). *The resistance tube band fitness solution*. Broklyn: Fit Simplify
- Siregar, F. S., Sembiring, M. M., & Siregar, A. (2021). Analisis perbedaan kontribusi variasi latihan passing bola voli. *Jurnal Olahraga & Kesehatan*, 1(2), 102–108.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi & Sujarwo. (2009). *Volleyball for all*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suharjana. (2007). *Latihan beban*. Yogyakarta: FIK UNY Yogyakarta.
- Sukadiyanto dan Muluk, D. (2011). *Pengantar teori dan metodologi "melatih fisik"*. Bandung: Lubuk Agung.

- Sukirno dan Waluyo. (2012). *Olahraga bola voli*. Palembang: Unsri Press.
- Tangkudung, J., & Puspitorini, W. (2012). *Kepelatihan olahraga: pembinaan prestasi olahraga*. Jakarta: Cerdas Raya.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan pengukuran olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.
- Winarno, M. E. (2006). *Tes keterampilan olahraga*. Malang: UNM Malang.
- Winarno, M. E. (2013). *Teknik dasar bola voli*. Malang: UNM Malang.

