

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, W. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39–43.
- Adi, A. N. (2017). *Peningkatan Kualitas Biomotor Atlet Bolavoli Yuso Yogyakarta Pada Periode Persiapan Khusus Menuju Kompetisi Livoli Divisi Utama Tahun 2016* [Fakultas Ilmu Keolahragaan]. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/53168>
- Agung Nugroho, M. (2018). *Pengaruh Latihan Drill Smash Depan Dan Belakang Garis Serang Terhadap Keberhasilan Smash Open Bola Voli Pada Atlet Yuniior Putri Yuso Kota Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Agung Prasetya, R., & Sulistyarto, S. (2019). Analisis Efektivitas Spike Tim Bolavoli Surabaya Bhayangkara Samator Pada Final Proliga 2019. *Jurnal Kesehatan Olahraga Vol. 09. No. 01*, 161–168.
- Ahdan, S., Gumantan, A., & Sucipto, A. (2021). Program Latihan Kebugaran Jasmani Dalam Menjaga Kesehatan Dimasa Pandemi Smk Kridawisata Bandar Lampung. *Journal of Technology and Social for Community Service (JTSCS)*, Vol. 2(No. 2), 102–107.
- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Era Pustaka Utama.
- Ambar Dewanti, R. (2007). *Pelatihan Pelatih Fisik Level I MENPORA Pengembangan Tenaga dan Pembina Keolahragaan*. Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Ambar Dewanti, R., & Susilo. (2015). *Permainan Bola Voli Lanjutan*. LPP Press Universitas Negeri Jakarta.
- Apriani, L. (2015). *Pengaruh Strategi Pembelajaran Dan Percaya Diri Terhadap Hasil Belajar Chest Pass Bolabasket*. Universitas Negeri Jakarta.
- Aprilia, K. N., Kristyanto, A., & Doewes, M. (2018). Analisis penerapan prinsip-prinsip latihan terhadap peningkatan kondisi fisik atlet bulu tangkis PPLOP Jawa Tengah tahun 2017/2018. *JPOS (Journal Power Of Sports)*, 1(1), 55–63.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revi). Rineka Cipta.
- Bach, G. (National A. for Y. S. (2009). *Coaching Volleyball For Dummies*. Wiley Publishing, Inc.

- Bafirman. (2013). Media Ilmu Keolahragaan Indonesia. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1), 1–8.
- Barbara L. Viera, B. J. (2000). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Rajagrafindo Persada.
- Bob, B. (1982). *Championship Volleyball : by the experts* (2nd Editio). Leisure Press.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2015). *Periodization Training for Sports: Third Edition* (Third Edition). Human Kinetics.
- Brown, B. B., & Prinstein, M. J. B. T.-E. of A. (Eds.). (2011). *Encyclopedia of Adolescence* (p. v). Academic Press. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-373951-3.09005-0](https://doi.org/10.1016/B978-0-12-373951-3.09005-0)
- Crisfield, D. W., & Monteleone, J. (2009). *Winning Volleyball for Girls* (3rd Editio). Chelsea House Publisher.
- Dadan, M. S. (2014). *Keberhasilan Spike Menurut Jenis Umpan Tim Putera Pada Kompetisi Bola Voli Bsi Proliga Tahun 2013 Babak Grand Final*. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Dieter Beutelstahl. (2007). *Belajar Bermain Bola Volley*. Pionir Jaya.
- Djamarah, S. B., & Zain, A. (2010). *Strategi Belajar Mengajar*. Rineka Cipta.
- Dwi Atmoko, R. (2019). *Perbandingan Antara Latihan Passing Berpasangan Dan Passing Ke Dinding Terhadap Akurasi Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma Negeri 2 Purbalingga Tahun 2018/2019*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Eko, A. S. (2021). *Karakteristik Attack Bolavoli Putra Pada Final Piala Dunia FIVB Tahun 2019*.
- Emzir, M. (2015). Metodologi penelitian pendidikan: kuantitatif dan kualitatif. *Jakarta: Rajawali Pers*.
- Hariono, A. (2006). *Metode Melatih Fisik Pencak Silat*. Faklutas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hermawan, I., Maslikah, U., Masyhur, M., & Jariono, G. (2020). Pelatihan Kondisi Fisik Pelatih Cabang Olahraga Kota Depok Jawa Barat Dalam Menghadapi Persiapan PORPROV 2022. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2020 (SNPPM-2020)*, 1(1), 371–380.

- Kumalasari, H. (2017). Kemampuan Menyerang Dengan Smash Atlet Bola Voli Putri Daerah Istimewa Yogyakarta Pada Pekan Olahraga Pelajar Wilayah 2016 Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Pend. Kepeleatihan Olahraga*.
- Kurnia, M., & Kushartanti, B. M. W. (2013). *Pengaruh Latihan Fartlek Dengan Treadmill Dan Lari Di Lapangan Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi* [Universitas Negeri Yogyakarta].
<https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2347>
- Kusuma, N., & Dadan, M. (2012). Korelasi Antara Daya Tahan Kecepatan Dan Panjang Tungkai Dengan Hasil Lari 800 Meter. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 4.
- Lenberg, K. (2006). *Volleyball skills & drills / American Volleyball Coaches Association*. Human Kinetics.
- Lestari, K. E., & Yudhanegara, M. R. (2017). Penelitian Pendidikan Matematika. In *Bandung: PT Refika Aditama*.
- Lubis, J. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Rajagrafindo Persada.
- Mahfud, I., & Gumantan, A. (2020). Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Menggunakan Sensor Infrared. *Jendela Olahraga*, Vol.5(No. 2), 52–61.
- Ma'mun, A., & Subroto, T. (2001). *Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Permainan Bola Voli*. Dirjen Olahraga.
- Masnun, D. M. (2006). *Kinesiologi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta.
- McMorris, T., & Halu, T. (2006). *Coaching Science: Theory into Practice*. Wiley.
- Micheli, L. J., & Purcell, L. (2010). *The Adolescent Athlete: A Practical Approach*. Springer New York.
- Mintarto, E. (2019). *Komponen Biomotor Olahraga* (E. S. Kriswanto, Ed.; 1st ed.). Samudra Biru.
- Mouliddina, R. (2021). *Analisis Teknik Dasar Open Smash Pada Atlet Klub Bola Voli Dhaksinarga Gunungkidul*. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Mustakim, M., & Roesdiyanto. (2018). Metode drill untuk meningkatkan teknik dasar heading bola dalam permainan sepakbola pada atlet sekolah sepakbola Putra Arema Kota Malang usia 13-15 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, Vol. 2, No.
- Mutohir, T. C., & Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Depdiknas.

- Pekik Irianto, D. (2002). *Dasar Kepeleatihan*. FIK UNY.
- Pranatahadi. (2007). *Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional*. Faklutas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prasetio, E., Sutisyana, A., Ilahi, B., & Defliyanto, D. (2018). Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Pada Atlet Smp Negeri 29 Bengkulu Utara. *Kinestetik*, 2, 166–172. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8738>
- Pratama, B. A., Sugito, S., Junaidi, S., Allsabab, M. A. H., & Firdaus, M. (2020). Analisis serangan bolavoli. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i2.14432
- Purwanto, N. (2015). *Prinsip - Prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*. Remaja Rosdakarya.
- Robert, S. B. (2012a). *Kinetic Anatomy*. Human Kinetics.
- Robert, S. B. (2012b). *Kinetic Anatomy*. Human Kinetics.
- Rohmadi, A. (2010). *Perbedaan Pengaruh Latihan Servis Atas Antara Jarak dan Tinggi Net Bertahap Terhadap Ketepatan Servis Atas Bola Voli Pada Atlet Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Sidoarjo Kab. Sragen*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- Rusman. (2012). *Model-Model Pembelajaran*. PT. RajaGrafindo Persada.
- Saleh, M. S., & Saleh, Muh. S. (2020). Perbandingan Metode Latihan Multi Ball Dengan Metode Latihan Berpasangan Dalam Keterampilan Bermain Tenis Meja Pada Atlet Smu Negeri 8 Makassar. *Competitor: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga*. <https://doi.org/10.26858/com.v11i1.13391>
- Santrock, W. J. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Erlangga.
- Saptiyanto, I. D. (2015). *Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam Dan Punggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang (Eksperimen Pada SSB Apacinti Kabupaten Semarang U-16 Tahun 2015)*. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Sawali, L. (2017). Pengaruh Latihan Strength Endurance Terhadap Kemampuan Pukulan Forehand Dalam Permainan Tenis Lapangan. *Jurnal Gema Pendidikan*, 24(1).
- Shondell, D. S., & Reynaud, C. (2002). *The Volleyball Coaching Bible*. Human Kinetics.
- Sridadi. (2014). Penyusunan Norma Penilaian Tes Koordinasi Mata, Tangan Dan Kaki. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(1).
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfa Beta.

- Sujarwo. (2020). *Efektif Drill's Dalam Bola Voli* (Cetakan 1). UNY Press.
- Sukadiyanto. (2009). *Metode Melatih Fisik Petenis*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Lubuk Agung.
- Sulistiono, A. (2020). *Perbedaan Efektivitas Spike Permainan Bolavoli Elite Atlet Pelajar Tim Indonesia Dan Tim Thailand Pada Pertandingan Asean School Games Ke-11 Tahun 2019*. Universitas Negeri Semarang.
- Sulistiyowati, G. (2015). *Pengaruh Latihan Servis Atas Top Spin Menggunakan Metode Jarak Tetap Dan Jarak Bertahap Terhadap Hasil Servis Atas Top Spin Dalam Permainan Bola Voli Putri Taruna Merah Putih Semarang Tahun 2015* [Fakultas Ilmu Keolahragaan]. <http://lib.unnes.ac.id/20776/1/6301410086-S.pdf>
- Tangkudung, J. (2006). *Kepelatihan Olahraga "Membina Prestasi Olahraga. Cerdas Raya*.
- Tangkudung, James. &, & Puspitorini, W. (2012). *Kepelatihan Olahraga Pembinaan Peningkatan Prestasi*. Cerdas Jaya.
- Tudor O. Bumpa & G. Gregory Haff. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training Fifth Edition* (Fifth Edit). Champaign: Human Kinetic.
- Wardani, R. (2018). *Hubungan Koordinasi Mata Tangan Kaki Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Dig Pada Atlet Bola Voli Putri Fortius*. Universitas Negeri Jakarta.