

## DAFTAR PUSTAKA

- Argaha, A., & Setiawan, I. (2022). Kondisi Fisik dan Teknik Atlet Bulutangkis di Kabupaten Banjarnegara. *Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 214–221.
- Aminudin, A., Sugiyanto, S., & Liskustyawati, H. (2020). Contribution Leg Muscle Strength, Dynamic Balance And Hip Joint Flexibility To The Accuracy Of Football Shooting. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(2), 912-918
- Amrullah, J. N. (2021). *Physical conditions evaluation of roller skate athlete East Java. Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(2), 96-103.
- Aragonés, D., Eekhoff, A., Horst, F., Immanuel, W., Aragonés, D., Eekhoff, A., Horst, F., Immanuel, W., Aragonés, D., Eekhoff, A., Horst, F., & Schöllhorn,
- Banjarnahor, C. K., & M.Kes, D. O. W. (2019). *Analisis Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Putra KONI Sidoarjo Dalam*. 1–8.
- Budiwanto, S. (2013). *Metodologi latihan olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang (UM press).
- Bafirman, H. B., & Wahyuni, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Bompa, T. O., & Haff, G. (2019). *Periodization theory and methodology of training*. USA: Sheridan Books.
- Bompa. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Kendal, Iowa: *Hunt Publishing Company*
- Chen, L., Chen, L., Zhang, H., & Meng, L. (2018). *Study on the influence of plyometric training on the explosive power of basketball players*. 5(3), 140–143.
- Emral. (2017). *Pengantar Teori dan Metodologi Pelatihan Fisik. Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf

- Farisi, H. (2018). Model Latihan Kelincahan Bulutangkis. *Jurnal Segar (Sehat Dan Bugar)*, 7(1), 3145. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/segar/article/view/9201>
- Faude O, Meyer T, Rosenberger F, Fries M, Huber G, Kindermann W. *Physiological characteristics of badminton match play. Eur J Appl Physiol.* 2007 Jul;100(4):479-85.
- Fiddinina, N., & Purnomo, M. (2018). Analisis kondisi fisik atlet bulu tangkis kategori remaja pada Klub Persatuan Bulu tangkis Galaxy Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4).
- Gani, I., & Amalia, S. (2021). *Alat analisis data: aplikasi statistik untuk penelitian bidang*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Grice, T. (1999). *Bulutangkis : Petunjuk praktis untuk pemula dan lanjutan*. Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada.
- Har, P. F. (2019). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan dengan Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi Atlet*. 2(8), 44–52.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga. (Teori dan metodologi)* Bandung: Remaja Rosdakarya
- Hasanuddin, M. I. (n.d.). *CENDEKIA: Jurnal Ilmiah Pendidikan*. 44–54. <https://doi.org/10.33659/cip.v8i1.149>
- Hubungan Bentuk Telapak Kaki, Panjang Tungkai Dengan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Atlet Kids Athletics Putri 11-14 Tahun Rawamangun Iwan Hermawan, Tarsono.* (n.d.). 25–34.
- Irfan, I., & Kasman, K. (2021). Pengaruh latihan high intensity interval training (hiit) terhadap peningkatan VO2 Max pemain sepak bola STKIP Taman Siswa Bima. *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJ PES)*, 3(02), 178-192.
- Irianto, D. P. (2018). *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Bantul: Pohon Cahaya (Anggota IKAPI).
- Junresti, W., & Murniati, S. (2021). *The Comparison of Cardiovascular Endurance Based on the Blood Types for the Students of Sport Science Faculty of Jambi University*. 35(Icssht 2019), 291–297.
- Keindonesiaan, S. N., Kontemporer, T. K., Vadis, Q., Pembangunan, A., Nasional, K., Universitas, F., & Semarang, P. (2020). *No Title*. 220–232.

- Kilpatrick M, Hebert E, Bartholomew J. College students' motivation for physical activity: differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *J Am Coll Health*. 2005 Sep-Oct;54(2):87-94.
- Limbong, D. M. (2021). Pengaruh Latihan dengan Lampu Reaksi dan *Shuttlerun* Terhadap Kelincahan Gerak Kaki (*Footwork*) Atlet Bulutangkis PB. Tj Prestasi Tebo *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 03(02), 68–74. <https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>
- Liskustyawati, H. (2004). *Contribution Leg Muscle Strength , Dynamic Balance and Hip Joint Flexibility to the Accuracy of Football Shooting*. 912–918.
- Lusianti, S., Putra, R. P., & Aerobik, S. (2021). *Jurnal Kejaora : Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*. 6(November), 285–290.
- Mirfa, N., & Malang, N. (2020). *Survei Kemampuan Kondisi Fisik Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Pencak Silat Perisai Diri di Sekolah Menengah Atas*. 2(4), 239–246.
- Muhajir (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta, Yudhistira. Nurkencana
- Murlasits, Z., Reed, J., & Wells, K. (2012). *Effect of resistance training frequency on physiological adaptations in older adults*. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 10(1), 28–32. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2012.04.006>
- Mylsidayu, A. (2018). *Ilmu kepelatihan dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Nafis, M. A. R., & Kusuma, I. D. M. A. W. (2021). Analisis Kehtuhan Pelatih Futsal Di Kabupaten Gresik Terhadap Program Latihan Berbasis Digital. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 4(1), 23–32. <https://doi.org/10.26740/jses.v4n1.p23-32>
- Nando, M. A., & Wulandari, I. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) Terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(2), 35–44.
- Nasrulloh, A., & Yogyakarta, U. N. (2022). *DASAR-DASAR LATIHAN BEBAN*. August 2018.
- Nugroho, S. (2021). *Pengaruh latihan sirkuit terhadap kadar hemoglobin dan daya tahan aerobik* *Effect of circuit training on levels hemoglobin and aerobic resistance*. 17(1), 40–48.
- Pendidikan, S., Olahraga, K., Olahraga, F. I., & Surabaya, U. N. (n.d.). *PUTRA DI Kota Surabaya Awanda Faitur Rohmah \*, Mochamad Purnomo*. 21–28.

- Poprz, S. (2022). *Physiological and Somatic Principal Components Determining VO 2 max in the Annual Training Cycle of Endurance Athletes.*
- Pramodho, G. C. (2015). *Uji Perbedaan ketepatan Smash Silang dan Smash Lurus Dalam Keterampilan Bulutangkis Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SMPN 1 Ngawen Kabupaten Blora 2015.* 2015, 49.
- Prastowo, A. (2019). *Analisis pembelajaran tematik terpadu.* Jakarta: Prenada Media. Sari, M., Siswati, T., Suparto, A. A., Ambarsari, I. F., Azizah, N., Safitri, W., & Hasanah, N. (2022). *Metodologi penelitian.* Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Qichang, M., Yan, Z., Jianshe, L., & Ming, R. (2014). *Different sole hardness for badminton movement.* *Journal of Chemical and Pharmaceutical Research*, 6(6), 632-634.
- Ridwan, M., Keolahragaan, F. I., Padang, U. N., Padang, U. N., & Artikel, I. (2020). *Jurnal Performa Olahraga.* 5(2018), 65–72.
- Rohim, A., Khamidi, A., & Pd, M. (2017). ( *Studi Pada Tim Musica Champion Saat Pertandingan Tunggal Putra Beregu Djarum Superliga 2017 DBL Arena Surabaya* ). 1–16.
- Rusdiana, A., Komaini, A., & Nugraha, S. (2023). Impact of cardiovascular fatigue on kinematic changes in badminton overhead jump smash: A descriptive analysis. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(10), 2786–2793. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.10318>
- Russel, R. (1993). *Scientific Foundations of Coaching.* Semarang: Saunder College
- Samosir, N. R., Permata, A., & Jannah, P. M. (2022). *Pengaruh Circuit Training Meningkatkan Kapasitas Vo2max Pada Insan Olahraga Program Studi Fisioterapi – Universitas Abdurrab.* 05, 29–34.
- Saputra, N., & Aziz, I. (2020). Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bola voli Putra Sma 2 Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 32–38. <https://doi.org/10.24036/jpo137019>
- Sari, M., Siswati, T., Suparto, A. A., Ambarsari, I. F., Azizah, N., Safitri, W., & Hasanah, N. (2022). *Metodologi penelitian.*
- Sari, N. N. M., Juhanna, I. V., Nugraha, M. H. S., & Sugiritama, I. W. (2021). Perbedaan tinggi *vertical jump* pada pemain basket dengan normal *foot* dan *flat foot* di Denpasar. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 9(2), 90-93.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta -.

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&B*. Bandung: Alfabeta
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta. Jogja Global Media.
- Sunardi, J., & Henjilito, R. (2020). *Contribution Of Leg Muscle Explosive power And Leg Length With The Results Of The Straddel- Style High Jump In Sma Negeri 6 Pekanbaru Tungkai Dengan Hasil Lompat Tinggi Gaya Straddel Pada Siswa Sma Negeri 6 Pekanbaru*. 19(2), 141–149.
- Tayech, A., Mejri, M. A., Makhlof, I., & Mathlouthi, A. (2020). *Second Wave of COVID-19 Global Pandemic and Athletes ' Confinement : Recommendations to Better Manage and Optimize the Modified Lifestyle*. September, 1–12.
- W. I. (2017). *Fatigue-related changes in technique emerge at different timescales during repetitive training repetitive training*
- Wang, Lam, Hong, & Cheung, 2012. (2017). *iap proses pelatihan bulutangkis. Bulutangkis adalah olahraga raket yang menarik dimana lompatan, berbelok dan gerakan lengan cepat diperlukan (Yuksel & Aydos, 2017). Olahraga ini selalu dituntut untuk bergerak cepat dalam menerima*. 10–56.
- Widiastuti. (2015). *Tes dan pengukuran olahraga*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Yanti, N. (2020, December). *The VO2max athletes of matrial art West Kalimantan Preparation Pre-PON XX*. In *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR)* (Vol. 2, No. 1, pp. 220-232).
- Yunitaningrum, W. (2019). *The Influence of Training Model Based on Exercise Assistance to The Skills of Smash Kedeng Sepakraw in The Pontianak City Athletes*. 5(1), 26–39.
- Zhannisa, U. H., Royana, I. F., Prastiwi, B. K., & Pratama, D. S. (2018). *Analisis kondisi fisik tim bulutangkis Universitas PGRI Semarang*. *Journal Power Of Sports*, 1(2), 30. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i2.2523>