

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Putra, A. K. (2019). *Contribution of The Explosive Power Leg Muscle and Length Leg of Ability Grab Start Athletes At The Tirta Kaluang Swimming Athletes Padang Association. Jurnal Stamina*, 2, 99–109.
- Albertus, F. & M. M. F. (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. CV. Andi.
- Amin, N., Subiyono, H. S., & Sumartiningsih, S. (2012). Sumbangan Power Otot Tungkai Panjang Tungkai Kekuatan Otot Perut Terhadap Grab Start. *JSSF (Journal of Sport Science and Fitness)*, 1(2), 8–13.
- Anggita, I. M. & N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Balai Pustaka.
- Arif, Y. & Alexander, X. F. R. (2019). Pengaruh Latihan Plyometric Jump to Box terhadap Power otot tungkai Pemain Bola Voli Pada Tim Putri Penjaskesrek Udana. *Jurnal Segar*, 8(1), 38–46. <https://doi.org/https://doi.org/10.21009/segar/0801.05>
- Aurillia, Okki, Yuswo Supatmo, D., & Indraswari, A. (2017). Perbedaan Nilai Daya Ledak Otot Tungkai Antara Cabang Olahraga Permainan dan Bela Diri. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 1009–1019. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/medico>
- Ayusandra, A. (2022). Pengaruh Latihan HIIT Terhadap Kecepatan Selam Nomor Kolam Bifins 50 Meter Pada Atlet Kelompok Umur A Di Octopus Diving Club Kota Semarang. *Seminar Nasional Ke-Indonesiaan VII, November*, 2296–2305.
- Bagus Ardian. (2020). Hubungan Antara Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai, Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas VIII SMPN 1 Prambon Kabupaten Nganjuk Tahun Ajaran 2019/2020. UN PGRI Kediri.
- Barlow, H., Halaki, M., Stuelcken, M., & Greene, A., & Sinclair, P. J. (2014). *Human Movement Science The effect of different kick start positions on OMEGA OSB11 blocks on free swimming time to 15 m in developmental level swimmers. Human Movement Science*, 34, 178–186.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization Theory and Methodology of Training* (Sixth). Human Kinetics.
- Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2021). *Periodization of Strength Training for Sports* (Fourth Edi). Human Kinetics.
- Budyono, S. (2011). *Anatomi Tubuh Manusia*. Bekasi: Laskar Aksara.
- Chu, Donald A. Myer, G. D. (2013). *Plyometrics*. Human Kinetics.
- CMAS. (2017). *CMAS RULES CMAS Finswimming Rules Version 2019 / 01 Index. World Underwater Federation*. [https://doi.org/https://doi.org/\(BoD194-01/10/2016\)](https://doi.org/https://doi.org/(BoD194-01/10/2016))

- Daharis, N. G. dan O. C. (2022). Biomekanika Olahraga. In A. Rahmadani (Ed.), (Pertama). Ahli Media Press.
- Effendi, M. S. dan S. (2016). Metode Penelitian Survei. LP3ES.
- Ekanto, A. R. (2009). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Punggung Dengan Hasil Luncuran Start Renang Gaya Punggung Pada Atlet Renang Tcs Semarang Tahun 2007. Universitas Negeri Semarang.
- F. Paulsen & J. Waschke. (2013). Sobotta; Atlas Anatomi Manusia. Buku Kedokteran EGC.
- Fani, M. R. D. (2020). Tingkat Status Gizi dan Kondisi Fisik Pada Atlet Selam Arwana dan Dragon Wira Yudha Kota Kediri Tahun 2020 [Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia]. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaad.2013.01.032>
- Fetriyanto, N. (2007). Hubungan Kekuatan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Menembak Bola Ke Gawang Jarak 16,5 Meter Pada Pemain Sepakbola Ps. Undip Semarang Tahun 2006. Universitas Negeri Semarang.
- Ganeswara, R. (2018). Kontribusi Power Otot Tungkai Dan Fleksibilitas Panggul Terhadap Hasil Kecepatan Nomor 50 M Surface Monofin Cabang Olahraga Selam. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Gumilar, A. R. (2019). Pengaruh *Educational Gymnastic* Pgd Posisi Statis Terhadap Keseimbangan Siswa Sekolah Dasar. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hasyim, A. (2016). Metode Penelitian dan Pengembangan di Sekolah. Media Akademi.
- Hermawan, A. (2006). Metode Penelitian. Jakarta: PT. Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Ismaryati. (2006). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Universitas Sebelas Maret.
- Ismaryati. (2008). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Jibriel, K. (2013). Hubungan Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai, dan Kelentukan Pergelangan Kaki Terhadap Tendangan Jarak Jauh Pemain U-15 SSB Tunas Muda Banyubiru Kab. Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Jori, L. (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan Togok Belakang dengan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Jump Service. *Musamus Journal of Physical Education and Sport*, 2(1), 33–42.
- Julien Vantorre, D. C. and L. S. (2013). *Biomechanical Analysis of the Swim-Start: A Review*. *Journal of Sports Science and Medicine*, 13(May), 223–231.

- Khadianto, E. (2011). Tungkai Dan Kelentukan Tungkai Terhadap Tendangan Jarak Jauh Pemain Ssb Apac Inti Kab. Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Kuntjoro, B. F. T. (2015). Analisis Gerak “ Start ” Renang. *Bravo’s Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan STKIP PGRI Jombang ANALISIS*, 3(4), 167–180.
- Lilik Sudarwati, Kamaludin Ramdan Ramayuda, Andri Paranoan, D. (2023). Profil Psikologi Atlet Pelatihan Nasional (Pelatnas) Finswimming Indonesia Untuk Sea Games Kamboja 2023. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 7, 69–77.
- Lin, C. (2015). MEMS Sensors Applied in Finswimming Movement Analysis. *Journal of Computers and Applied Science Education*, 2(1), 32–44.
- Maidarman. (2016). Kontribusi kekuatan otot tungkai, kelentukan pinggang, dan keseimbangan terhadap kemampuan start renang gaya kupu-kupu pada mahasiswa. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(2), 147–156.
- Maidarman. (2017). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Pinggang Terhadap Kemampuan Start Renang Gaya Bebas Atlet Womens Swimming Club. Media.Neliti.Com.
- Mardela, R. dan A. S. (2016). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Kemampuan Jump Service Atlet Bola Voli Putra Tim Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(1), 28–47. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jpo74019>
- Mardiyah, A., Eldawaty, E., Sepriadi, S., & Wulandari, I. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Undershoot Dalam Permainan Bola Basket SMA Negeri 1 Kecamatan Harau Kabupaten 50 Kota. *Jurnal JPDO*, 6(12), 64–70.
- McCarthy, D. (2014). *Mental fitness. Canadian Sport Institute - Pacific*, 19(3), 201–202. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/h0039771>
- Mulyawati, C., & Indraswari, D. A. (2018). Korelasi Antara Panjang Lengan Dan Tungkai Dengan Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 Meter (Studi Pada Klub Renang Spectrum Semarang). *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(2), 990–999.
- Nakashima, M., Yoneda, T., & Tanigawa, T. (2019). *Simulation analysis of fin swimming with bi-fins. Mechanical Engineering Journal*, 6(4), 19-00011-19–00011. <https://doi.org/10.1299/mej.19-00011>
- Ni Luh, G. W. (2018). Pelatihan Drill Box Setinggi 50cm 5 Repetisi 5 Set Meningkatkan Daya Ledak Otot Tungkai Peserta Putra UKM Bolavoli IKIP PGRI Bali. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 4(2), 48–55.
- Nofrizal, D. (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan Dan Kelentukan Terhadap Ketepatan Smash Dalam Cabang Olahraga Bulutangkis Stkip Meranti, Meranti. *Journal Of Teaching And Learning*, 4(2).

- Nur Amin, Hadi Setyo Subiyono, S. S. (2012). Sumbangan Power Otot Tungkai, Panjang Tungkai dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Grab Start. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 1(2), 8–13.
- Peterson Silveira, R., Stergiou, P., Figueiredo, P., Castro, F. de S., Katz, L., & Stefanyshyn, D. J. (2018). *Key determinants of time to 5 m in different ventral swimming start techniques*. *European Journal of Sport Science*, 18(10), 1317–1326. <https://doi.org/10.1080/17461391.2018.1486460>
- Premana, D. D. (2015). Hubungan Antara Panjang Tungkai Dan Power Otot Tungkai Terhadap Jauhnya Grab Start Renang Pada Atlet Putra Tirta Taruna Yogyakarta Tahun 2015. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Premana, D. D. (2015). *Hubungan Antara Panjang Tungkai dan Power Otot Tungkai Terhadap Jauhnya Grab Start Renang Pada Atlet Putra Tirta Taruna Yogyakarta Tahun 2015*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rizkia, F. (2021). Hubungan *Stiffness Monofins* Dengan *Kick Frequency* Dan *Velocity* Pada Nomor 100 Meter *Surface Finswimming*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- 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. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i1.1538>
- Rumpoko, S. S. (2013). Kontribusi Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai dan Volume Oksigen Maksimal Terhadap Pencapaian Prestasi Olahraga Selam Pada Atlet Selam Putera Persatuan Olahraga Selam Seluruh Indonesia di Provinsi Jawa Tengah. Universitas Sebelas Maret.
- Sadewa, Y. R. (2011). *Hubungan Kekuatan Otot Tungkai, Power Tungkai dan Kelentukan Tungkai Dengan Start Renang Gaya Kupu-kupu Pada Atlet Perkumpulan Renang Yuso Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Setiawahyu, M. I. (2020). Perbedaan Loncatan Swing Start dan Grab Start terhadap Hasil Tolakan Start dalam Cabang Olahraga Renang. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 12(2), 95–100. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v12i2.26265>
- Sinatra, M. K., & Sudijandoko, A. (2020). Pengaruh Pelatihan Jump To Box Terhadap Kemampuan Track Start Cabang Olahraga Renang Klub Tirta Mulya Sc. Nganjuk. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(4), 107–112.
- Siregan, S. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif. 63–81.
- Sobirin, A. R. (2019). Kontribusi Power Otot Lengan Dan Tungkai Terhadap Kecepatan Cabang Olahraga Selam Nomor 50 m Bifins. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Stavrou V, Karatrantou N, Voutselas V, S. St. (2007). *Analysis of 200m Surface Finswimming*. 15th International Congress of Physical Education & Sport.

- Stavrou, V., & Voutselas, V. (2018). Which start is faster in finswimming? *Turkish Journal of Kinesiology*, 4(1), 16–18. <https://doi.org/10.31459/turkjin.398450>
- Stavrou, V., Tsarouhas, K., Karetsi, E., Michos, P., Daniil, Z., & Gourgoulianis, K. I. (2018). *Adolescent finswimmers: Early myocardial adaptations in different swimming styles*. *Sports*, 6(3), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/sports6030078>
- Syafriani, Rini, Abdul Karim, D., & Ganeswara, R. (2020). Perbandingan Vo2max Dan Kapasitas Vital Paru Antara Finswimmer Dan Komunitas Selam. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*, 5(1), 47–54. <https://doi.org/10.5614/jskk.2020.5.1.5>
- W.R. Borg and M.D., G. (2003). *Educational Research: An Introduction*. London: Longman Inc.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT. Bumi Timur Jaya.
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode Penelitian : Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Prenadamedia Group.

