

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ardha, M. A., Yang, C. B., Ridwan, M., Darmawan, G., Hartoto, S., Kuntjoro, B. F. T., Kartiko, D. C., & Sumartiningsih, S. (2019). Analisis Biomekanika pada Stroke Nomor 100 Meter Gaya Dada terhadap Swimming Velocity. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(2), 38–44.
- Crystallography, X. D. (2016). *Prinsip Komponen*. 1–23.
- Tudor O. Bompa, G. Gregory Haff (2019). Periodization: Theory and Methodology of Training, 6th Edition. In *Medicine & Science in Sports & Exercise* (Vol. 51, Issue 4).
- Faradise Lekso, M. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Power Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 Meter Atlet Kelompok Umur Iv Perkumpulan Renang Spectrum Semarang. *Journal of Physcal Education and Sports*, 2(1), 2.
- Guzman, R. (2017). The Swimming Drill Book.
In *Jurnal Sains dan Seni ITS* (Vol. 6, Issue 1).
- Hasdiana, U. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya dada Menggunakan Alat Bantu Pada Siswa Kelas VIII SMPN 3 Kotabumi. *Analytical Biochemistry*, 11(1), 1–5.
- Herdiman, D. C., Lubis, J., & Yusmawati, Y. (2022). Model Latihan Kelincahan Tendangan Sabit Pencak Silat Menggunakan Alat Bantu Ladder Drill. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*,
- McLeod, I. (2010). *Swimming anatomy / Ian McLeod*.
- Nilawati, I., Amin, N., Tantra, A. R., Kristiningrum, W., Studi, P., Keolahragaan, I.,
- Waluyo, U. N. (2023). Pelatihan Pengendalian Organisasi Pengelolaan Klub Renang
- Nugroho, F. A., & Khory, F. D. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Dan Latihan Drill Terhadap Hasil Belajar Renang Gaya Dada. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*,
- Pesert, I., & Tahun, A. P. (2009). Jumlah Dan Panjang *Stroke Length* Dan *Stroke Rate* Di Gaya Bebas.
- Richards, R, J. (2004) *Coaching Swimming an Intoductory Manual Second Edition*. Australian Swimming Coaches and Teachers Associations (ASTROKE COUNTTA).

- Journal of Physical Education and Recreation*, 46(2), 41–41.
<https://doi.org/10.1080/00971170.1975.10618752>
- Saharullah, H. (2019). *Dasar - Dasar Ilmu Kepeleatihan*.
- Setiawan, T. T. (2012). Stroke Rate (SR) And Stroke Length (SL) Freestyle Swimmer Indonesian Student Participants POPNAS 2009. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 8, (2), 36-48.
- Setyo Budiwanto 2012. (n.d.). *Metodologi Latihan Olahraga*.
<https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Wahyudi, B. (2013). Hubungan power tungkai dengan kemampuan renang gaya dada siswa kelas v SD Negeri I metenggeng kecamatan Bojongsari kabupaten Purbalingga. *Skripsi*, 1–43.
- Herlika, L. A. (2020). Perbandingan Stroke Rate (SR) Dan Distance Per Stroke (DPS) Nomor 50 Meter Gaya Bebas Atlet Renang Putra Garuda Aquatic Swimming Club Kabupaten Kediri. 1-23.
- Heru Miftakhudin, Fajar Vidya Hartono, A. S. (2023). Analisis *Stroke* 200 Meter Gaya ganti Atlet Renang Pelajar Jakarta. *1(2)*, 89–97.
- Amin, B. F., & Sukur, A. (2020). Indeks Masa Tubuh Juara Kejuaraan Renang Pelajar Bulanan Provinsi Dki Jakarta Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 4(2), 50–53.
- Salman, E. (2018). Kontribusi VO2 Max terhadap Kemampuan Renang Gaya Dada 200 Meter. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 1(2), 21–31.
- Pyne, B. D., Sc, B. A., & Sc, M. A. (2004). *The measurement of stroke rate and stroke count*. 3.
- Tahapary, J. M., & Syaranamual, J. (2020). Latihan Teknik Dasar Dapat Meningkatkan Hasil Renang Gaya Bebas. *Jagaria Sprint: Journal Science of Sport and Health*, 1(1), 30–38.
- Bafirman & Asep . (2018). Pembentukan Kondisi Fisik.
- Sugiyono. 2018. “Metode Penelitian.” *Metode Penelitian* 44(8): 1–14.
- Prijoto. (2017). Analisis Biomekanik Stroke rate dan Stroke Length dalam Olahraga Renang. *Jurnal Biomekanik*.
- Setyo Budiwanto . (2017). Metode Statistika Untuk Mengolah Data Keolahraagaan.