

DAFTAR PUSTAKA

- Aji Santoso. (2022). *Korelasi Antara Panjang Lengan Dan Kecepatan Reaksi Terhadap Keterampilan Pukulan Forehand Spin Dan Backhand Spin Tenis Meja Di Club Ptm Electra Kabupaten Demak Tahun 2021*. 9, 356–363.
- Ali, M. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Target Terhadap Akurasi Pukulan Forehand Groundstroke Atlet Pickleball Unja. *Journal Physical Health Recreation*, 2(2), 110–123. <https://doi.org/10.55081/jphr.v2i2.643>
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. In *Champaign, Ill. : Human Kinetics*;
- Budiwanto. (2013). *Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis*. Malang: UM press.
- Budiyono, S. (2011). *Anatomi Tubuh Manusia*. Bekasi: Laskar Aksara. Maulana., R. (2010). Hubungan Power Tungkai, Kekuatan Otot Lengan Dan Tinggi Badan Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Pada Siswa Putra SLTPN II Arjosari Kabupaten Pacitan Jawa Timur Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola basket. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Chan, F. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Cerdas Sifa*, 1(1), 1–8. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/703>
- Emond, K., Sun, W., & Swartz, T. B. (2024). *Pickleball Flight Dynamics*. 1–15. <http://arxiv.org/abs/2409.19000>
- Emral. (2017). *Pengantar Teori & Metodologi Pelatihan Fisik*. Depok: Kencana.
- Fauzan, L. A. (2022). *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani THE EFFECT OF DRILL AND ELEMENTARY TRAINING*. 6(1), 106–116.
- Ferdiansyah, Suranto, S. H. (2019). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan dengan Hasil Renang Gaya Bebas (Issue 1). Universitas Lampung.
- Hardianto, Y. (2013). Hubungan Antara Kekuatan Otot Dengan Daya Tahan Otot Tungkai Bawah Pada Atlet Kontingen Pekan Olahraga Nasional XVIII Komite Olahraga Nasional Indonesia Sulawesi Selatan Tahun 2013. Universitas Hasanuddin Makassar.
- Harow, A.J. A A (1972). *Taxonomy of the Psychomotor Domain: A Guide for Developing Behavioral Objectives*
- Harsono. (2007). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung. FPOK UPI.

- Hidayat, A., & Ali, M. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Target terhadap Akurasi Pukulan Forehand Groundstroke Atlet Pickleball UNJA Effect of Target Training Variations on Forehand Groundstroke Punch Accuracy pickleball athletes UNJA. *Roli Mardian Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 04(01), 48–59. <https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index>
- Hulfian, L., Jamaludin, J., Kusuma, L. S. W., Taufik, K., & Primayanti, I. (2023). Sosialisasi Permainan Pickleball di Kabupaten Lombok Timur Tahun 2023. *Surya : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 49–54. <https://doi.org/10.37150/jsu.v5i1.2203>
- Ibrahim, R., & Maidarman. (2018). Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Tungkai Menggunakan Tahanan Karet Terhadap Kemampuan Tendangan Sabit Pencak Silat. *Jurnal Patriot*, 285–291.
- Irvan, Akbar Syafruddin, M., Agus Sutriawan, M. Imran Hasanuddin, & Andi Sahrul Jährir. (2023). Pkm Pelatihan Olahraga Pickleball Pada Guru Olahraga Di Kabupaten Sengkang. *Proficio*, 5(1), 69–73. <https://doi.org/10.36728/jpf.v5i1.2922>
- Ismadraga, A., & Lumintuarso, R. (2015). Pengembangan Model Latihan Kribo Untuk Power Tungkai Atlet Lompat Jauh Dan Sprinter Sko Smp. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 16–28. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4966>
- Ismail Gani, Rheina Putri Faylia, Irfan Widayanto, & Hendra Setyawan. (2022). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Melalui Permainan Pickeball di Sekolah Dasar. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(3), 1033–1042. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v3i3.246>
- Ismaryati. (2008). Tes Dan Pengukuran Olahraga. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Iyakrus. (2012). Permainan Sepak Takraw. Unsri Press)
- Leach, G. H. (2013). *The Art of Pickleball*.
- Lubis, J. (2013). Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan. Grasindo Book.
- Lutan. (2004). Teori Belajar Keterampilan Motorik Konsep dan Penerapannya Program Pasca Sarjana. UPI. Depdiknas
- Maulana., R. (2010). Hubungan Power Tungkai, Kekuatan Otot Lengan Dan Tinggi Badan Terhadap Kemampuan Lay Up Shoot Pada Siswa Putra SLTPN II Arjosari Kabupaten Pacitan Jawa Timur Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bola basket. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Mansur, L. K., Irianto, J. P., & Mansur, M. (2018). Pengaruh latihan squat menggunakan free weight dan gym machine terhadap kekuatan, power, dan hypertrophy otot. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 150–161. <https://doi.org/10.21831/jk.v6i2.16516>
- Muluk, S. dan D. (2011). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Lubuk

Agung.

- Mulyono Biyakto Atmojo. (2007). Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani/ Olahraga. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- Milidayu, Apta, & Febi, K. (2015). Ilmu Kepeleatihan Dasar. Grasindo Book.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17289255><http://dx.doi.org/10.1016/j.jclepro.2011.10.008>http://www.uwaba.or.tz/National_Road_Safety_Policy_September_2009.pdf<http://dx.doi.org/10.1016/j.resconrec.2011.03.010><http://dx.doi.org/10.1016/j.pecs.20>
- Pandu Imbang. (2022). Pengaruh Latihan Lunges Dan Squatterhadap Peningkatan Kecepatan Berenang 50 Meter Gaya Dada Ku Senior Perkumpulan Renang Ratu Bilqis Kabupaten Gunungkidul. 2005–2003 ,8.5.2017 ,٧٧٨٧.
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), 1–4.
<https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/4646>
- Pribadi, Angga Rachmat. Tirto Apriyanto., dan S. (2017). Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Terhadap Kemampuan Overhand Pass Pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Tangan Smk Negeri 26 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 1.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21009/JSCE.01203>
- Primanata, D., Kristiandaru, A., & Rachman Syam Tuasikal, A. (2021). Implementasi Permainan Pickleball Bagi Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(1), 98–111.
<https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v8i1.1391>
- Ridlo, A. F., & Saifulloh, I. (2019). Pengaruh Metode Latihan Small Sided Game Terhadap Kemampuan Passing-Stopping Permainan Sepakbola Siswa Ssb Beringin Pratama. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(2), 116–121.
<https://doi.org/10.33558/motion.v9i2.1591>
- Rukminingsih, Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). Metode Penelitian Pendidikan. Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Ruslan. (2011). Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar (PPLP) di Provinsi Kalimantan Timur. Universitas Mulawarman.
- Setiadi. (2007). Anatomi dan Fisiologi Manusia. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sistiasih Vera Septi, P. A. B. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Perut Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Bola Voli. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 21(2), 1411–8319.
- Sturgess, S., & Newton, R. U. (2008). *Design and implementation of a specific*

- strength program for badminton. Strength and Conditioning Journal*, 30(3), 33–41. <https://doi.org/10.1519/SSC.0b013e3181771008>
- Subarjah, H. (2013). Latihan Kondisi Fisik. *Educacion*, 53(9), 266–276.
- Sugiyono. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. ALFABETA.
- Sukadiyanto. (2016). Pengembangan Media Latihan Buku Saku Pengenalan Teknik Dasar Tenis Lapangan. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 7(4), 261–281.
- Suparman, S., & Hasbillah, M. (2021). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai, Kecepatan Reaksi Tangan dan Kelentukan Pergelangan Tangan terhadap Kemampuan Ketepatan Pukulan Forehand Drive Permainan Tenis Meja PTM YPUP Makassar. *Jendela Olahraga*, 6(1), 165–174. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6999>
- Siregar, S. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif. 63–81.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Tawakal, T., Fadhil, I., & S, A. (2023). Pelatihan Futsal Anak Usia Sekolah Dasar Desa Pulo Kiton Kabupaten Bireuen. *Lentera : Jurnal Ilmiah Sains, Teknologi, Ekonomi, Sosial, Dan Budaya*, 7(3), 7–13. <https://doi.org/10.51179/ltr2.v7i3.2098>
- Ummah, M. S. (2019). Instrumen Pengumpulan Data. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- USAPA. (2022). 2022 Official Rulebook. USA Pickleball 8901 East Mountain View Road, Suite 110 Scottsdale, Arizona 85258.
- Vitale, K., & Liu, S. (2020). Pickleball: Review and Clinical Recommendations for this Fast-growing Sport. *Current Sports Medicine Reports*, 19(10), 406–413. <https://doi.org/10.1249/JSR.0000000000000759>
- Wanena, T. (2018). Kontribusi power otot tungkai, kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan dengan kemampuan jump shot bolabasket pada mahasiswa FIK Uncen tahun 2017. *Journal Power Of Sports*, 1(2), 8. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i2.2250>
- Wicaksono, V. B. (2013). Kemampuan Power Otot Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai dan Kelincahan Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola

dan Futsal di SMP Negeri 3 Godean [Universitas Negeri Yogyakarta].
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23956527/>

Yatno. (2019). Hubungan Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan Dan Daya Ledak Terhadap Lari 100 Meter. Universitas Negeri Semarang.

