

DAFTAR PUSTAKA

- Aida, Hermida, D., & Norlaila. (2025). *Jenis Data Penelitian Kuantitatif (Korelasional, Komparatif, Dan Eksperimen)*. 10(1).
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Stistik Pendidikan Teori dan Praktik Dalam Pendidikan*.
- Bíró, M., Révész, L., & Hidvégi, P. (2015). *History Teaching Swimming Technique*. <http://oszkdk.oszk.hu/bszolgalatas/index.php>
- Bompa, T. O., & Gregory Haff, G. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Training Fifth Edition*.
- Bompa, T. O., & Haff, g. G. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Training Fifth Edition*.
- Coloretti, V., Fantozzi, S., Gatta, G., Bonifazi, M., Zamparo, P., & Cortesi, M. (n.d.). *Quantifying Added Drag in Swimming With Parachutes: Implications for Resisted Swimming Training*. <http://links.lww.com/JSCR/A601>
- Daulay, B. (2019). *Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga*. 3(5), 42–48.
- Dragunas, A. J., Dickey, J. P., & Nolte, V. W. (2012). The effect of drag suit training on 50-m freestyle performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(4), 989–994. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31822d5404>
- Fahmi, S., & Dwi Pradipta, G. (2024). *Pengaruh Latihan Dengan Alat Parasut Terhadap Hasil Kecepatan Renang Gaya Bebas Atlet Di Alva Aquatic Swimming Club*.
- Faradilla NN, N., Soegiyanto, S., & Rahayu, S. (2020). The Effect of Arm Strength, Leg Muscles, Torso Flexibility on The Improvement of Butterfly Stroke Swimming Exercise Article Info. *Journal of Physical Education and Sports JPES*, 9(2), 166–171. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>
- Firmansyah, A. (2017). *Perbandingan Metode Latihan Strechcordz (Katrol Air) dengan Vertical Board (Papan Vertikal) terhadap Hasil Renang 50 Meter Gaya Bebas pada Atlet Klub Renang Universitas Negeri Jakarta*.
- Gozali, Y., Setiawan, D., & Farhanto, G. (2024). Efektivitas Latihan Plyometric dalam Meningkatkan Kekuatan dan Kelincahan. In *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)* (Vol. 4, Issue 2). <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JOKI>
- Hannula, Dick., & Thornton, Nort. (2001). *The swim coaching bible*. Human Kinetics.
- Hekmati, Deniz. (2020). *Foundations of Strength Training For Swimmers*. Swimmer Strength LLC.
- Hendryadi. (2014). *Populasi_dan_Sampel*.

- Junaidi, R., & Susanti, F. (2019). *Pengaruh Gaya Kepemimpinan dan Budaya Organisasi terhadap Kinerja Pegawai pada UPTD Baltekkomdik Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat*.
- Lenaini, I. (2021). *Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling*. 6(1), 33–39. <https://doi.org/10.31764/historis.vXiY.4075>
- Malik, A., Putra, S., & Ifwandi. (2015). Perbedaan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Antara Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan Pada Mahasiswa Penjaskesrek Fkip Unsyiah Angkatan 2010. In *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah* (Vol. 1, Issue 1).
- Mardiansyah, A., Andi Bayu, T., & Satriawan Chan, A. A. (2021). *Hubungan Antara Kelincahan Dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal*.
- Matitaputty, J. (2019). *Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Pemain Futsal Junior Fc Patriot Penjaskesrek Unpatti Ambon*.
- McLeod, Ian. (2010). *Swimming Anatomy by Ian McLeod (z-lib.org)*.
- Ramadhani Subarkah, I. (2023). *Alat Bantu Latihan Untuk Peningkatan Kecepatan Renang Gaya Bebas*.
- Richards, R. J. (2004). *Coaching Swimming an Introductory Manual*. Sahira.
- Sahabuddin, H. H. S. S. H. (2022). *Efektifitas Kekuatan Otot Lengan, Otot Perut, dan Otot Tungkai Terhadap*.
- Setyo Wicaksono, D. S., Jasmani, P., dan Rekreasi, K., Ilmu Keolahragaan, F., & Hartoto, S. S. (2017). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 05 Nomor 03 Tahun*. <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>
- Siregar, S. E. (2021). Pengaruh Latihan Standing Press dan Standing Incline Press dengan Menggunakan Karet terhadap Hasil Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada pada Atlet Putra Usia 12–14 Tahun Angkasa Swimming Club Labuhan Batu Tahun 2020. In *Journal Physical Health Recreation* (Vol. 1, Issue 2).
- Sumarsono, A. (2017). *Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drill Dan Agility Leader Terhadap Koordineasi Kaki Anggota UKM Futsal Universitas Musamus Merauke*.
- Syukriadi, A., Fajrial, J., Ifwandi, & Zikurrahmat. (2020). Kontribusi Kelentukan Bahu serta Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Keterampilan Berenang Butterfly Stroke Mahasiswa Program Studi PJKR-FKIP Unsyiah. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(1), 119.
- Vilas-Boas, J. P., Ramos, R. J., Fernandes, R. J., Silva, A. J., Rouboa, A. I., Machado, L., Barbosa, T. M., & Marinho, D. A. (2015). Hydrodynamic Analysis of Different Finger Positions in Swimming: A Computational Fluid

Dynamics Approach. *Journal of Applied Biomechanics*, 31(1), 48–55.
<https://doi.org/10.1123/JAB.2013-0296>

