

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, M., Wijaya, A., & Latif, M. R. (2021). *Pengembangan Latihan Daya Ledak Berbasis Plyometric dan Beban untuk Atlet*. Jurnal Ilmu Keolahragaan, 10(1), 22–30.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Bafirman, & Wahyuni, D. (2019). *Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Daya Ledak Otot Tungkai*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 7(2), 77–83.
- Bompa, T. O. (2000). *Total Training for Young Champions*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and Methodology of Training* (5th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bompa, T. O. (2015). *Conditioning Young Athletes*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Brown, L. E., & Ferrigno, V. A. (2005). *Training for Speed, Agility, and Quickness* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Budiwanto, S. (2013). *Dasar-dasar teknik dan taktik bermain bulutangkis*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Chu, D. A., & Myer, G. D. (2013). *Plyometrics* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Desminta, Y. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Padang: UNP Press.
- Grice, T. (1999). *Badminton: Steps to success*. Human Kinetics.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Harsono. (2015). *Latihan dan Prestasi Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hake, R. R. (1999). *Analyzing Change/Gain Scores*. [Online]. Diakses dari <http://www.physics.indiana.edu/~hake/>
- Hurlock, E. B. (1981). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Manurizal, & Janiarli, I. (2020). *Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Power Otot Tungkai*. Jurnal Keolahragaan, 8(1), 21–30.
- Mulyana, A. (2004). *Metodologi Pelatihan Olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Permana, H., Subadi, & Rejeki, S. (2019). *Pengaruh Latihan Plyometric terhadap Kemampuan Lompatan*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 8(2), 45–51.

- Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI). (2006). *Pedoman dasar kepelatihan bulutangkis*. Jakarta: PB PBSI.
- Radcliffe, J. C., & Farentinos, R. C. (2015). *High-Powered Plyometrics* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Rowland, T. W. (2005). *Children's Exercise Physiology* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Rusmiyati. (2013). *Dasar-Dasar Permainan Bulu Tangkis*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sapta Kunta, P. (2010). *Dasar-Dasar Permainan Bulutangkis*. Surakarta: FKIP UNS.
- Subagyo Irianto. (2009). *Pengantar Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Subarjah, H. (2000). *Bulutangkis: Teori dan Praktik*. Bandung: FPOK UPI.
- Subarjah, H. (2009). *Analisis Teknik Smash dalam Bulu Tangkis*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 12–17.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharno, H. P. (2005). *Anatomi dan Fisiologi untuk Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Tsai, C. L., Huang, C. H., & Jih, C. F. (1995). *Effects of Smash Technique on Shuttlecock Speed*. *Journal of Sports Science*, 13(2), 133–140.
- Wahyudi, D. (2019). *Peningkatan Daya Ledak Melalui Latihan Plyometric Jump to Box*. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 89–96.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.