

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad. (2016). 238-File Utama Naskah-596-2-10-20160906. *Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli*, 4, 78–90.
- Amanah. (2016). *Komponen-Komponen Motor Ability Yaitu: Kecepatan, Kekuatan, Daya Tahan, Power, Koordinasi Mata-Tangan, Koordinasi Mata-Kaki, Kelincahan Dan Kelentukan*. 6. 6–24.
- Atmaja, N. M. K., & Tomoliyus, T. (2015). *Pengaruh Metode Latihan Drill Dan Waktu Reaksi Terhadap Ketepatan Drive Dalam Permainan Tennis Meja*. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 56–65. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4969>
- Aji, Sukma (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Jakarta: ILMU
- Arikunto, Suharsimi. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- AMANAHAH, A. N. (2021). *HUBUNGAN MOTOR ABILITY DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI (Studi Deskriptif pada Klub Bola Voli Putra SMK Al-Huda Tasikmalaya)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Agustiana, A. (2022). *PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN PEREGANGAN AKTIF DENGAN PEREGANGAN PASIF TERHADAP PENINGKATAN FLEKSIBILITAS PUNGGUNG (Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 1 Karangnunggal Kab. Tasikmalaya)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- AMANAHAH, A. N. (2021). *HUBUNGAN MOTOR ABILITY DENGAN KETERAMPILAN BERMAIN BOLA VOLI (Studi Deskriptif pada Klub Bola Voli Putra SMK Al-Huda Tasikmalaya)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- ACHMADIAN, R. I. (2021). *KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-TANGAN, TINGGI BADAN, DAN PANJANG LENGAN TERHADAP HASIL PASSING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI (Studi Deskriptif pada Siswa*

- Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 19 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2019/2020* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi)
- Badriah, Dewi Laelatul. 2011. *Fisiologi Olahraga*. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Budiwanto. (2013). *Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis*. Malang: UM press.
- Beutelstahl, D. (2015). *Belajar bermain bola voli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Firdaus Soffan Hadi, D. (2016). *Pengaruh Latihan Ladder Drills Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa U-17 Di Persatuan Sepakbola Jajag Kabupaten Banyuwangi*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1), 213–228.
- Fitriady, G., Sugiyanto, & Sugiarto, T. (2020). *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*. *Gelanggang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(2), 82–90. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jpj>
- Hasyim & Saharullah. (2019). Dasar-Dasar Ilmu Kepeleatihan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga*. (Teori dan metodologi). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Hadi, F. S., Hariyanto, E., & Amiq, F. (2016). Pengaruh Latihan Ladder Drills Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa U-17 Di Persatuan Sepakbola Jajag Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1).
- Iii, B. A. B., & Penelitian, M. (2014). *Halaman sampul bab iii metode penelitian*. 34–49.
- Irianto, D. P. (2018). *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Bantul: Pohon Cahaya (Anggota IKAPI).
- ILHAM SAPARI, R. I. K. I. (2019). *PENGARUH LATIHAN SERVIS ATAS MENGGUNAKAN KETINGGIAN NET BERBEDA DENGAN JARAK BERTAHAP TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 20 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Karina, M. L., Irianto, J. P., & Mansur, M. (2018). *Pengaruh latihan squat*

*menggunakan free weight dan gym machine terhadap kekuatan , power , dan hypertrophy otot The influence of squat practice using free weight and gym machine on the strength , the muscle and the hypertrophy of the muscle. Jurnal Keolahragaan, 6(2), 150–161.*

Kumalasari, H. (2017). Kemampuan Menyerang Dengan Smash Atlet Bola Voli Putri Daerah Istimewa Yogyakarta Pada Pekan Olahraga Pelajar Wilayah 2016 Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Pend. Keplatihan Olahraga-SI, 1(4)*.

Litardiansyah, B., & Hariyanto, E. (2022). Survei Kondisi Fisik Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra dan Putri Sekolah Menengah Atas. *Sport Science and Health, 2(6), 331–339*. <https://doi.org/10.17977/um062v2i62020p331-339>

Lubis, A. E., & Agus, S. T. (2017). Peningkatan hasil belajar passing atas pada permainan bola voli melalui variasi pembelajaran peserta didik SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 13(2), 58-64*.

Lengga, S. W., ADI, S., & FADHLI, N. R. (2020). Metode Latihan Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Backhand Overhead Clear Pada Atlet Bulutangkis Usia 8-12 Tahun. *Indonesia Performance Journal, 4(2)*.

Mashud. (2015). Pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Era abad 21. *Jurnal Multilateral, 14(2), 89–114*.

Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan, 5(1), 63*. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12805>

Mikanda Rahmani.2014. Buku Super Lengkap Olahraga. JakartaTimur : Dunia Cerdas

Muhamad Mustakim, R. (2018). INDONESIA PERFORMANCE JOURNAL.

Nugroho, M. A. PENGARUH LATIHAN DRILL SMASH DEPAN DAN BELAKANG GARIS SERANG TERHADAP KEBERHASILAN SMASH OPEN BOLA VOLI PADA ATLET JUNIOR PUTRI YUSO KOTA YOGYAKARTA

- Narlan A, dan Trijuniar D. (2020). *TES PENGUKURAN DAN EVALUASI OLAHRAGA*. Yogyakarta. CV BUDI UTAMA.
- Nasrulloh, A., Prasetyo, Y., & Apriyanto, K. D. (2018). Dasar-dasar latihan beban. *Yogyakarta: UNY Pres*.
- NURHIDAYAT, E. (2021). *PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU TARGET TERHADAP KETEPATAN LONG PASSING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA (Eksperimen dilakukan di SBB HIPPO Sukarame U16-U17)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Prasetyo, A. N. Y., & Apriyant, K. D. (2021). Dasar-Dasar Latihan Beban. *Uny Press*, 1–140. <https://docplayer.info/163394993-Dasar-dasar-latihan-beban-ahmad-nasrulloh-yudik-prasetyo-krisnanda-dwi-apriyanto.html>
- Prayoga, N. A. D. E., Ali, M., Yanto, A. H., Artikel, I., Prayoga, N. A., Ali, M., & Yanto, A. H. (2022). *Kemampuan Dribbling Pada Pemain SSB The Effect of Variations on Agility Training In Dribbling Ability in SSB Players melainkan pemain mampu menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat menggiring bola ( Alvarisi , 2018 : 9 ). Seorang pemain yang memiliki kelincahan yang ketika si pemain kehilangan bola , maka dengan kemampuan dan kelincahannya. 04*, 119–132.
- Primayanti, I., & Isyani, I. (2021). Pengaruh latihan drill dan latihan pola pukulan terhadap kemampuan smash bulutangkis pada PB Liansa Junior Masbagik Lombok Timur Tahun 2019. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 6(1), 25-31.
- Patrianti, A. MENINGKATKAN PROSES PEMBELAJARAN DAN KETERAMPILAN SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLA VOLI MENGGUNAKAN METODE DRILL KELAS V SDN 13 BENGKULU SELATAN
- RAHMAT RAMDANI, A. N. J. A. R. (2019). *PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN ALAT BANTU TALI TERHADAP PENINGKATAN LONG PASSING PERMAINAN SEPAK BOLA (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMAN 1 Cihaurbeuti)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).

- Ramdani, F. T. EFEKTIVITAS METODE PEMBELAJARAN DRILL DAN DEMONTRASI TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS ATAS DAN SERVIS BAWAH PEMBELAJARAN BOLA VOLI SMA KOTA MAGELANG
- Sovenski, E. (2018). Ketepatan Smash Pemain Bolavoli Siswa SMA Ditinjau dari Koordinasi Mata-Tangan dan Extensi Togok. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 2(1), 129–139. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i1.406>
- Sumintarsih. (2012). Prinsip - Prinsip dan Program Latihan Meningkatkan Kebugaran Jasmani. *Proceeding Seminar Nasional PPs UNY*, 425–434. [http://repository.upnyk.ac.id/7357/1/sumintarsih3\\_0001.pdf](http://repository.upnyk.ac.id/7357/1/sumintarsih3_0001.pdf)
- SETIAWAN, G. (2019). *PENGARUH LATIHAN PASSING ATAS MENGGUNAKAN SASARAN BAN TERHADAP KETEPATAN PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI (Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 6 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2018/2019)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Sukadiyanto (2011). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung: CV. Lubuk Agung
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono (2015). Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta.
- Tangan, K. M., & Rahmatika, Z. M. Pengaruh Metode Latihan Drilling Jarak Tetap Dan Berubah Terhadap Akurasi Memanah Atlet Panahan Banyumas Archery School Ditinjau Dari.
- Winarno, M. E., Tomi, A., Sugiono, I., & Shandy, D. (2013). Teknik dasar bermain voli. Malang: UNM Press.