

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina Tambing (2020). *Pengaruh Intensitas Latihan Beban terhadap Massa Otot*. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik>. eBiomedik, Volume 8, Nomor 1, Januari-Juni2020, hlm. 1-10.
- Aksan. (2012). *Mahir Bulutangkis*. Bandung Nuansa Cendekia.
- Andre Yogaswara (2015). *Pengaruh Latihan Dumblle Wrist 0,5 kg dan 1 kg Terhadap Pukulan Backhand Overhead Lob Bulutangkis*.
- Arikunto, Suharsimi (2006). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Arikunto, Suharsimi (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arief Hendrawan (2022). *Segi Praktis Pengukuran Ruang Lingkup Gerak Sendi*. Cilacap: Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- Atlet, P., & Puslatcab, F. (2020). Jurnal Kejaora : *Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*. Jurnal Kejaora: Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga, Volume 5 Nomor 2, Edisi November 2020 LATIHAN, 5(November), 62–65.
- Deli, Mateus & Ni'mah, Ismi. Tasmilatun. (2017). *Buku Pintar Bulutangkis (Anugrah (ed))*. Jl. Pule, No, 30, Ciracas. Jakarta Timur.
- Erik Khamer (2019). *Cara Menggunakan Geniometer*. https://www-wikihow-com.translate.goog/Use-a-Goniometer? x tr sl=en& x tr tl=id& x tr hl=id& x tr_pto=tc
- Grice. (2007). *Bulutangkis Petinjuk Praktek dan Untuk Pemula Lanjutan*. PT.Raja Grafindo Persada Jakarta.
- Kunta Purnama (2010). *Teknik Dasar Keterampilan Bulutangkis*. Surakarta: Yuma Pustaka
- Kharisma Alfiansyah (2013). Cara Melakukan *Backhand Clear*. <https://alatolahraga.id/teknik-mengembalikan-smash-di-bulutangkis/>
- Litalia, (2023). *4 Cara Memegang Raket Permainan Bulutangkis Beserta Gambarnya*. <https://www.jurnalponcel.com/cara-memegang-raket-permainan-bulu-tangkis/> .
- Moh Ali Mashar dan Dwinarahayu. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Klaten: PT Macanan Jaya Cemerlang.
- Murali Krishnan. (2019) Cara Meningkatkan Pukulan Backhand Bulutangkis Tanpa Pengumpan.
- Narlan, Abdul & Juniar, Dicky. Tri. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga.(Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga*

- Pendidikan Dan Prestasi*). Jl.Rajawali, G. Elang 6, No, 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman. Yogyakarta.
- Narlan, Abdul & Juniar, Dicky. Tri. (2021). *Statistika Dalam Penjas*. Aplikasi Praktis Dalam Penelitian Pendidikan Jasmani. Jl. Rajawali, G. Elang 6, No, 3, Drono, Sardonoharjo, Ngaglik, Sleman. Yogyakarta
- Narlan, Abdul & Nurhasan.(2017). *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*.
- Nugroho Agung Supriyanto (2018). Analisis Karakteristik Permainan Bulutangkis Nurhasan. (2001). *Teknik Pengumpulan Data*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga.
- Oktopian, Eris (2019) *Kontribusi Power Otot Dan Flesksibilitas Pinggul Terhadap Ketepatan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli*.
- Prof. Drs. Harsono, M. S. (2015). *Kepelatihan Olahraga* (A. Kamsyah (ed.)). PT. Remaja Rosdakarya. Jl. Ibu Inggit Garnasih. Bandung. 40252
- Prof. Drs. Harsono, M. S. (2018). *Latihan Kondisi Fisi k* (P. Latifah (ed.)). PT. Remaja Rosdakarya. Jl. Ibu Inggit Garnasih. Bandung. 40252
- Ramdhni, Nur. Sofa (2021) *Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Fins Terhadap Kecepatan Renang Kaki Gaya Bebas*.
- Rita Nora (2017). *14 Teknik Dasar Permainan Bulutangkis Beserta Gambarnya*. <https://olahragapedia.com/teknik-dasar-permainan-bulu-tangkis/amp>.
- Sadoso Sumosardjuno Dalam Turas Rio Anggoro. (2016). *Latihan Botol Isi Pasir*. Jakarta: Pustaka kartini.
- Sapta Kunta Purnama. (2010). *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Subardjah. (2000). *Bulutangkis*. Dapertemen Pendidikan Jakarta.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta, cv.
- Suhendra, A. D., Asworowati, R. D., & Ismawati, T. (2020). *Rancangan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Keolahragaan*. *Akrab Juara*, 5(1), 43–54. <http://www.akrabjuara.com/index.php/akrabjuara/article/view/919>
- Sukadiyanto, (2010). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung.
- Tunggal Putra dan Tunggal Putri. <http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/index,DOI:10.17509/jpjo.v3i2.11857>