

DAFTAR PUSTAKA

- 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). Universitas Siliwangi.
- Donald A Chu & Myer. (2013). *Plyometrics (Heather Healy And Cynthia Mcentire, Ed.; Vol. 1). Human Kinetics.*
- Fadel, R. H. (2016a). Ensiklopedia Mini Olahraga. Rexa Pustaka.
- Fadel, R. H. (2016b). Ensiklopedia Mini Olahraga. Rexa Pustaka.
- Hanafi, M., & Prastyana, B. R. (2020). Metodologi Kepeleatihan Olahraga Tahapan & Penyusunan Program Latihan. Jakad Media Publishing.
- Harsono. (2017). In Kepeleatihan Olahraga : Teori dan Metodologi (2 ed., p. 54). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, T., Saichudin, S., & Kinanti, R. G. (2018). Pengaruh Latihan *Plyometric Depth Jump Dan Jump To Box* Terhadap Power Otot Tungkai Pada Pemain Ekstrakurikuler Bola Voli SMK Teknologi Nasional Malang. *Jurnal Sport Science*, 7(2), 136–143.
- Iksan, M. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Keterampilan *Service* Atas Permainan Bola Voli (Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 3 Manonjaya Kab. Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023). Universitas Siliwangi.
- Indra, S. A. (2021). Pengaruh Latihan *Plyometric Power* Lengan Yang Berimplikasi Terhadap Hasil Passing Atas Bola Voli Pada Tim Bola Voli Putra Ekstrakurikuler SMPN 1 Parungponteng (Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMPN 1 Parungponteng Tahun Ajaran (2020/2021). Universitas Siliwangi.
- Intan Permatasari, A. I. (2019). Pengaruh Latihan *Agility Ladder* Terhadap Peningkatan Kelincahan Dalam Permainan Futsal (Eksperimen Pada Ukm Futsal Putri Universitas Siliwangi Kota Tasikmalaya). Universitas Siliwangi.
- Juntara, P. E. (2019). Latihan Kekuatan Dengan Beban Bebas *Metode Circuit*

- Training Dan Plyometric. Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(2).
- Kartika, I. K., Kanca, I. N., Semarayasa, I. K., Pendidikan, J., & Kesehatan, J. (2014a). Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Passing Bola Voli. E-Journal PJKR Universitas Pendidikan Ganesha, 1, 1–12.
- Kartika, I. K., Kanca, I. N., Semarayasa, I. K., Pendidikan, J., & Kesehatan, J. (2014b). Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Passing Bola Voli. E-Journal PJKR Universitas Pendidikan Ganesha, 1, 1–12.
- Kharisma, Y., & Sudarmono, S. (2021). Pengaruh Latihan Power Otot Tungkai Terhadap Hasil Smash Kedeng Dalam Olahraga Sepak Takraw. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 15–21.
- Lasma, Y., Hasbullah, F. R., & Mazid, K. (2019). Tingkat Kondisi Fisik Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di MTs PKP Jakarta *Islamic School. Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 10(1), 1–9.
- Mahyuddin, R., & Sudirman, A. (2021). Korelasi Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan *Shooting* Bola Basket. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(2), 96–101.
- Maulana, M. (2022). Pengaruh Variasi Latihan *Shooting* Terhadap Ketepatan *Shooting* Dalam Permainan Futsal (Eksperimen Pada Ekstrakurikuler Futsal Putra SMA Negeri 1 Singaparna Tahun Ajaran (2021/2022)). Universitas Siliwangi.
- Mylsidayu, A. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Alfabeta.
- Nurfaiji, N. (2022). Pengaruh Latihan Pliometrik Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMAN 1 Manonjaya (Eksperimen Pada Siswa Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Sman 1 Manonjaya). Universitas Siliwangi.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (2nd Ed., Vol. 29)*. Alfabeta, Cv.
- Sugiyono, D. (2013a). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.
- Sugiyono, D. (2013b). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.

- Wiguna, I. B. (2021). Teori Dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik-Rajawali Pers. PT. Rajagrafindo Persada.
- Yos, K. U. P. R. T. N. J., & Sudarso, P. R. (N.D.). Aplikasi Pengenalan Objek Bola Menggunakan Teknologi *Augmented Reality*.
- Yusmawati. (2014). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lay-Up Bola Basket. *Journal Of Physical Education Health And Sport*, 1(2), 77–85.