

DAFTAR PUSTAKA

- Barakat, N., Maulana, F., & Bachtiar. (2018). Hubungan Antara Kekuatan *Otot Lengan* Dan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Servis Long Forehand Di Ekstrakurikuler Bulutangkis Sma Negeri 1 Kota Sukabumi Tahun 2018. *Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Sungai Penuh Rockyputra151992@gmail.Com*, 4(1), 16–19.
- Chindy, Pratiwi. (2021). Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SMA Negeri 1 Rambah. 2(1), 50–60.
- Dhedhy Yuliawan. 2017. *Bulu Tangkis Dasar*. Yogyakarta: Deepublish.
- Gunawan, T., & Rusdiana, A. (2018). *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan Hubungan Antara Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Power Otot Lengan Dengan Ketepatan dan Kecepatan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis*. 3(2), 23– 27.
- Harista, N. F., & Trisnowiyanto, B. (2016). *Perbedaan Efek Latihan Medicine Ball dan Clapping Push Up terhadap Daya Ledak Otot Lengan Pemain Bulutangkis Remaja Usia 13–16 Tahun*. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 51-60.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek- aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Harsono. 2001. *Latihan Kondisi Fisik*
- Harsono. (2016). *Latihan kondisi fisik (untuk atlet dan kesehatan)*. Bandung: FPOK- UPI Bandung.
- Harsono, M. (2017). *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Bulu Tangkis*. PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Harsono (2018) *Latihan Kondisi Fisik* (P. Latifah (ed). PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Ibrahim, R.C., Polii, H., dan Wungouw, H. 2015. Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Fleksibilitas Lansia. Manado: *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, Volume 3, Nomor 1, Januari-April 2015
- Kusnadi, N. (2015). Kontribusi Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Power Otot Lengan terhadap Hasil Pukulan Smash dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal Multilateral*, 14(2), 79–89.

- Mylsidayu, A dan Kurniawan, F. 2015. *Ilmu Kepeatihan Dasar*. Ed. Bandung: penerbit Alfabeta.
- Narlan, Abdul et.al (2017). “*Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal*”. Jurnal Siliwangi. Volume.3.No.2. Desember. Tasikmalaya.
- Prof. Dr. Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto. (2019). *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. ISBN: 978- 602-3760-237.
- Sukirno, Sadono. 2012. *Makroekonomi Teori Pengantar Edisi Ketiga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Subarjah, Herman. (2011). *Permainan bulutangkis*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Syafruddin. 2013. *Ilmu Kepeatihan Olahraga*. Padang : UNP Press. Kamus Besar Bahasa Indonesia. [Online]. Tersedia di <https://kbbi.web.id/kontribusi.html>. Diakses 16 januari 2022