

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z. (2016). Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, dan Rasa Percaya Diri dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli. *Judika (Jurnal Pendidikan Unsika)*, 4(1).
- Ahmadi, N. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Badriah, Dewi Laelatul. 2011. *Fisiologi Olahraga*. Bandung: Pustaka Ramadhan
- Hadziq, Khairul dan Anwar Musadad. (2017). *PENJAS ORKES pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan untuk siswa SMP – MTs kelas VII*. Bandung: YRAMA WIDYA.
- Halim, N. I. (2011). Tes dan Pengukuran dalam Bidang Olahraga. *Makassar: Universitas Negeri Makassar*.
- Hamdika, D., & Marlina, Y. (2015). Kontribusi Antara Power Otot Lengan dan Kelentukan Togok Terhadap Kemampuan Melempar Bola (Throw-In) pada Klub Sepakbola Persas Sabang Tahun 2011. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 1(1).
- Harsono. 2010. *Kondisi Fisik*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif* (Cetakan 1). Jakarta: Remaja Rosdakarya
- <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/JETE/article/view/7895/4868>
- <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=otot+lengan>
- <https://www.pinterest.ca/pin/129548926765931948/>

<http://www.hafidzdarmawan07.blogspot.com>

https://id.wikipedia.org/wiki/Bola_voli

<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/17317/8741>

<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/206/236>

Kurniawan, Feri. (2011). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Niaga Swadaya

Mubarok, M. Z. (2018). Pengaruh Bentuk Latihan Envelope Run dan Boomerang Run Dengan Metode Latihan Repetisi Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepak Bola. *Biormatika: Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 4(02), 301–311.

Muhadjir. 2004. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta. Erlangga

Nurhasan dan Abdul Narlan. (2017). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*.

Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi: Tasikmalaya

Pardijono, T. (2011). *Buku Ajar Bola Voli*. Surabaya: Unesa University Press

PP PBVSI. 2010. *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: PP PBVSI

Rihatno, T., & Gunawan, G. (2018). Peningkatan Keterampilan Passing Bawah

Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Bola Modifikasi. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(1), 48–55

Romadhon, A. (2013). Hubungan Power Otot Lengan dan Kelincahan dengan kemampuan passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Negeri 1 Piyungan Bantul. UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA.

Sajoto, 2005. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Departemen Pendidikan

dan Kebudayaan. Jakarta.

Subroto, T., & Yudiana, Y. (2010). Permainan Bola Voli. *Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang*.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta

Sunardi dan Dedy Whinata Kardiyanto. 2015. Surakarta : UPT Penerbitan dan Percetakan UNS (UNS Press).

Syaifuddin, H. (2006). Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan. *Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta*, 146.

Wedi, S., Umar, U., & Wellis, W. (2019). Pengaruh Metode Latihan Beban dengan Gerakan Cepat dan Gerakan Lambat terhadap Peningkatan Hipertrofi Otot Paha. *Jurnal Keolahragaan*, 5(2), 30–35.

Yunus. 2012. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti. PPTK.