

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Armisesna, H., & Sefriana, N. (2021). Hubungan Antara Kelentukan Persendian Pinggul dan Panjang Tungkai dengan Renang Gaya Bebas Siswa SMK Negeri 4 Bandar Lampung. *Sport Science & Education Journal*, 2(2).
- Army, L. F. A., Syamsuar, Syahrastani, & Wahyuri, A. S. (2023). Kontribusi Power Otot Lengan dan Tungkai terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Dada Mahasiswa FIK UNP. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 6(6), 144–151.
- Fuad Lukman, A., Maulana, D., Pahlevi, R., Rahul, P., Retna Kinanti Dewi, R., Akbar Izzuddin, D., Singaperbangsa Karawang, U., Sodor Traditional, G., & Alvian Fuad Lukman, A. (n.d.). *Jurnal Dorkes (Dedikasi Olahraga dan Kesehatan) MEMPERKENALKAN KEMBALI OLAHRAGA TRADISIONAL GOBAK TERHADAP MINAT MAHASISWA S-1 FARMASI UNSIKA Corresponding Author*. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/dorkes/index>
- Hadi, S., Soegiyanto, & Sugiarto. (2013). Sumbangan Power Otot Lengan, Kekuatan Otot Tangan, Otot Perut Terhadap Akurasi Lemparan. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 2(1), 56–61.
- Harsono. (2020). *Latihan Kondisi Fisik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Hasyim, & Saharullah. (2019). *Dasar-Dasar Ilmu Kepelatihan*. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Hasyim, & Saharullah. (2022). *Metode Kepelatihan Olahraga* (N. A. Idrus (ed.)). Badan Penerbit UNM.
- IRHANA. (2020). *BEBAS PADA SISWA SMA NEGERI 3 TAKALAR Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan IRHANA*. 1–23.
- KBBI. (2008). *Kamus Bahasa Indonesia*. Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Jakarta.
- Khan, M. A. J., & Susanto, I. H. (2023). Analisis Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Renang Studi Pada Klub Hiu dan Millenium Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 11(1), 35–40.
- Kurniawan, E., & Sifaq, A. (2018). Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Hand Paddle Terhadap Kecepatan Berenang 50 Meter Gaya Bebas Atlet Putra Sidoarjo Aquatic Club. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(4).
- Maulana, T., Jubaedi, A., Siswoyo, J., & Sulistianta, H. (2024). Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Power Otot Tungkai dan Fleksibilitas Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas 25 Meter Pada Club Renang Tirta Pahoman. *Jurnal Penjaskesrek*, 13(1), 21–30.
- Meita, D. S. (2022). Hubungan Antara Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot

- Lengan Dengan Hasil Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 Meter .... *Jurnal Performa Olahraga*, 1(3), 198–207.  
<https://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/456%0Ahttps://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/download/456/190>
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2021). *Statistika Dalam Penjas Aplikasi Praktis Dalam Penelitian Pendidikan Jasmani*. Deepublish.
- Rasyid, H. Al, Setyakarnawijaya, Y., & Marani, I. N. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil Renang Gaya Bebas 50 Meter Pada Atlet Millennium Aquatic Swimming Club. In *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education* (Vol. 1, Issue 1).  
<https://doi.org/10.21009/jsce.01106>
- Romadhon, A. M. (2023). *Perbedaan Pengaruh Latihan Decending Sets Dan Straight Sets Terhadap Peningkatan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Crawl Pada Atlet Putra Perkumpulan Renang Almagary Surakarta Tahun 2022*.
- S, A., Soenyoto, T., & Ramadhan, I. (2023). Latihan Kelentukan Terhadap Performa Olahraga : Sebuah Tinjauan Pustaka Sepak Bola, Futsal, Bulutangkis dan Renang. *Bajra : Jurnal Keolahragaan*, 2(2), 40–47.  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.8385206>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); Kedua). Alfabeta.
- Syafirudin, Haetami, M., & Triansyah, A. (2019). Hubungan Power Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan dan Tinggi Badan Terhadap Kecepatan Renang. *JURNAL PENDIDIKAN DAN PEMBELAJARAN*, 8(10), 1–12.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v8i10.36393>
- Trianto, A. (2021). *Buku Ajar Renang dan Keselamatan Diri di Air*. CV. TIGAMEDIA PRATAMA.
- Triyani. (2010). *Renang Gaya Bebas*. Nobel Edumedia.
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskriptif dalam Ilmu Komunikasi. *Diankom : Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83–90.