

DAFTAR PUSTAKA

- Amansyah, A. (2019). Dasar Dasar Latihan Dalam Kepelatihan Olahraga. *Jurnal Prestasi*, 3(5), 42–48.
- Anggriawan, N. (2015). Peran fisiologi olahraga dalam menunjang prestasi. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(2).
- Antika, I. S. D. (2014). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual (Video) Terhadap Ketepatan Lemparan (Throwing) Softball (Studi pada siswa peserta ekstrakurikuler softball SMK Ketintang Surabaya). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(2).
- Bafirman, B. (2013). Kontribusi fisiologi olahraga mengatasi resiko menuju prestasi optimal. *Media Ilmu Keolahragaan: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 41–45.
- Bob Bonnett. (2021). *101 Pitching Drill*. Sagamore.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization-: theory and methodology of training*. Human kinetics.
- Budhiarta, I. M. D. (2017). Pelatihan Softball bagi Siswa dan Guru Penjasorkes di Kota Negara. *Widya Laksana*, 6(1), 30–37.
- Fufu, R. D. A., Hariyanto, A., & Wismanadi, H. (2021a). The Effect Of Throw And Catch Exercise And The Accuracy And Speed Of Throw To Target In Sport Softball. *Journal Of Physical Education Health And Sport Sciences*, 2(2), 166–180.
- Harsono, H. (2015). Kepelatihan olahraga, teori dan metodologi. *Jakarta: Remaja Rosdakarya*.
- Harsono, H. (2015). Periodisasi Program Pelatihan (Cetakan Pe). *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.
- Iqbal Maulana, M. (2019). *Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Target Ban Motor R-17 Terhadap Ketepatan Shooting Dalam*

- Permainan Sepak Bola (Eksperimen Pada SSB DK Private Kota Tasikmalaya)*. Universitas Siliwangi.
- Johnson, L. V, & Potter, D. I. (2007). *Softball: Steps To Success* (Third Edition). Human Kinetics.
- Juditya, S., & Agusni, D. (2018). Keterampilan Lempar Tangkap dalam Olahraga Softball Berbasis Audio Visual. *Jurnal Olahraga*, 4(1), 16–23.
- Lengkana, A. S., & Nugraha, R. G. (n.d.). *Softball dan baseball: teori dan praktik*. UPI Sumedang Press.
- Lestari, A. (n.d.). *Tingkat Kemampuan Ketepatan Dan Kecepatan Lemparan Menggunakan Lemparan Atas Dan Lemparan Samping Anggota UKM Softball-Baseball Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2017*.
- Magill, R. A., & Anderson, David. (2014). *Motor learning and control: concepts and applications*. McGraw-Hill.
- Muharrami, W. A. R. (2018). Model Latihan Teknik Lempar Tangkap Cabang Olahraga Softball Pada Pemula. *Jurnal Penjasokesrek*, 5(1), 22–36.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2018). *Statistika dalam penjas aplikasi praktis dalam penelitian pendidikan jasmani*. Deepublish.
- Narlan, A., & Juniar, D. T. (2020). *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Nugroho, K. A. (2013). *Pengaruh Latihan Lempar Bola Softball Dengan Menggunakan Sasaran Terhadap Ketepatan Melempar Bola Softball Pada Atlet Softball Buffaloes Uns Tahun 2012*.
- Rahmat, A. A., & Rohyana, A. (2020). Pengembangan Prototipe Alat Bantu Latihan Reaksi Yang Menggunakan Sinyal Lampu Dan Bunyi

Terhadap Kecepatan Lemparan Atas Softball. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 5(2), 240–251.

Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kuantitatif: quantitative research approach*. Deepublish.

Saptadi, I. P., Kartiko, D. C., & Tuasikal, A. R. S. (2021). Pengaruh Latihan Lempar Bola Menggunakan Sasaran Terhadap Gerak Motorik Kasar Dan Ketepatan Melempar Pada Peserta Didik Down Syndrome. *Jurnal Education And Development*, 9(1), 309.

Sidik, D. Z. (2010). *Prinsip Prinsip Latihan Dalam Olahraga Prestasi*. Online at <https://penjasorkessman3.files.wordpress.com>.

Sugiyono, D. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. CV.Afabeta.

Suhartini, B. (n.d.). *Mengenal Olahraga Softball*.

Widyastuti, E. (2013). *Softball dan Baseball*. Semarang. *Aneka Ilmu*.