

DAFTAR PUSTAKA

- Alfatih, Andy. (2021). *Penelitian Deskriptif Kuantitatif*. Palembang: Unsri Press.
- Amin, Al, et al. (2016). "Pengaruh Latihan Medicine Ball Terhadap *Power* Otot Lengan Dan Bahu Nomor Tolak Peluru Pada Siswa Putra Kelas X Jurusan Teknik Komputer Jaringan Smk Nurul Falah Pekanbaru." *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau*, vol. 3, no. 2, Oct. 2016, pp. 1-12.
- Ananda dan Fadhli. (2018). *Statistika Pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Anggriawan. (2016). Kontribusi *Power* Otot Tungkai Kekuatan Otot Lengan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Terhadap Kemampuan *Smash* Pada Pemain Bola Voli. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 06 No. 02 Edisi Oktober 2016 Hal (318-326). Tersedia Pada: <http://ejournal.unesa.ac.id>
- Bafirman. (2018). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: UNP
- Faridhatunnisa, F., & Kurniawan Pratama, A. (2019). Peningkatan Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Hasil Servis Atas Bola Voli. *Maenpo*, 9(2), 76. <https://doi.org/10.35194/jm.v9i2.911>
- Fitrianto, Jefri Ari. (2023). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Kecepatan Reaksi, Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Voli Passing Bawah Pada Club Pusat Pelatihan Voli Mandiri Kota Metro. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
- Harsono. (2016). *Latihan kondisi fisik (untuk atlet dan kesehatan)*. Bandung: FPOKUPI Bandung.
- Haryono, A. (2020). Pengaruh latihan plyometric terhadap peningkatan power otot tungkai atlet bola voli. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 16(1), 35–42.
- Irawadi Hendri. (2011). *Kondisi Fisik dan Pengukuran*. Padang. UNP
- Isnanto. (2019). *Bola Voli*. Sleman. Sentra Edukasi Media
- Jondri, Salmi. (2017). Kontribusi *Power* Otot Lengan Terhadap Hasil *Smash* Boyolali Tim Penjaskesrek Universitas Islam Riau. Tersedia Pada : <https://repository.uir.ac.id/7689/1/126611823.pdf>
- Kardiawan, I. K. H. (2017). 888-37-1216-1-10- 20180201. 16–20.
- Karmila, D., Nugroho, A., & Rudiansyah, H. (2021). *Analisis kontribusi power otot tungkai dan otot lengan terhadap kemampuan smash bola voli siswa SMA*. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 88–97.

- Lubis, et al. (2024). Metode Latihan Efektif untuk Meningkatkan *Smash* Dalam Bola Voli. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Volume 7 Nomor 4, 2024. Tersedia pada: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>
- M, N., Hidayat, S. ., & I Ketut, C. A. K. . (2024). Kontribusi *Power* Otot Tungkai, Kelentukan Dan *Power* Otot Lengan Terhadap *Smash* Pada Atlet Junior Putra Akademi Bola Voli Buleleng. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 14(2), 53–60. Tersedia pada: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJPKO/article/view/79794>
- Modrick, S. (2019). *Open PRAIRIE : Open Public Research Access Institutional Repository and Information Exchange Changes in Vertical Jump Components Utilizing the Myvert Device in Female Collegiate D-1 Volleyball Players*.
- Muchlisa, A. W. (2017). Pengaruh Koordinasi Mata-Tangan, Daya Ledak Otot Tungkai dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan *Smash*. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 30(2), 1–7.
- Munizar, et al. Kontribusi *Power* Otot Tungkai Dan *Power* Otot Lengan Terhadap Pukulan *Smash* Pada Pemain Bola Voli Club Himadiringa Fkip Unsyiah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Unsyiah*. 2(1): 26 ± 38
- Narlan, A., & Juniar, D.T. (2020). *Pengukuran dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes dan Pengukuran dalam Olahraga Pendidikan dan Prestasi)*. Yogyakarta: Deepublish (Grup Penerbitan CV Budi Utama)
- Nurjannah, D., & Santoso, R. (2022). Hubungan power otot tungkai dengan keseimbangan tubuh pada pemain bola voli. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 13(2), 110–118.
- Pasaribu, A. M. (TT). Diktat Bola Voli. Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Tersedia Pada: <http://repository.ubharajaya.ac.id/17071/1/Diktat%20Bola%20Voli.pdf>
- Pirmansyah, et al. (2023). Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan *Smash* Bola Voli di MTs Al-Ikhlas Tanjung Sakti. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)* Vol. 4 Nomor 1 November 2023. Tersedia pada : <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/ind>
- Prasetyo, A. (2021). *Peranan kondisi fisik terhadap keterampilan smash bola voli*. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 10(1), 12–20.
- Pratama, Y., & Andriana, S. (2022). Pengaruh latihan eksplosif terhadap peningkatan vertical jump atlet bola voli. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 9(1), 45–53.
- Rahmawati, L., Widodo, S., & Damanik, A. (2020). Aktivasi otot tungkai bawah terhadap kekuatan tolakan vertikal atlet. *Jurnal Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*, 10(2), 75–82.

- Ramadhan, F., Putra, I., & Supriadi, A. (2021). Korelasi antara power otot tungkai dan kemampuan smash pada pemain bola voli putra. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 12(1), 50–58.
- Rasti, et al. (2024). Hubungan *Power* Otot Tungkai Dengan *Smash* Bola Voli Kelas XII SMK Negeri 3 Buton Utara. *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)* Vol. 5 No. 3 Desember 2024.
- Rizaldianto, D. (2016). Kondisi Kapasitas Fisik (Kekuatan, Daya Tahan, Kecepatan, dan Daya Ledak) dan Kadar Hemoglobin Atlet Balap Sepeda Jalan Raya ISSI Kota Semarang Tahun 2016. Universitas Negeri Semarang.
- Rosdiani, D. (2022). *Keterampilan bermain bola voli modern: Analisis teknik dan strategi serangan*. Bandung: Alfabeta.
- Safitri, A., & Kurniawan, R. (2021). *Hubungan kekuatan otot tungkai dan koordinasi terhadap kemampuan smash pada permainan bola voli*. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 18(2), 101–112.
- Saputra, H., Ranadi R Wijayanti, N. P. N. (2020). Hubungan *Power* Otot Tung kai dan *Power* Otot Lengan dan Bahu dengan Hasil *Smash* Bola Voli Ekstrakurikuler Putra SMA Negeri 3 Tualang. Tersedia Pada : <https://www.neliti.com/publications/200820/hubungan-power-otot-tungkai-dan-power-otot-lengan-dan-bahu-dengan-hasil-smash-bo>
- Setiadi. (2007). *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setiawan, D., & Hidayat, R. (2023). Pengaruh latihan plyometric terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai pada atlet bola voli. *Jurnal Pembinaan Prestasi Olahraga*, 7(1), 23–31.
- Siregar, A., & Suryana, B. (2021). Analisis daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan smash bola voli. *Jurnal Keolahragaan Indonesia*, 12(3), 102–111.
- Sjahriani, Tessa, Apriyugo Ponanda. (2017). Perbedaan Kekuatan Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Tungkai pada Pemain Sepak Bola dengan Tidak Pemain Sepak Bola Universitas Malahayati. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan* Vol. 4 No. 2 Hal. 98-105. Tersedia Pada: <http://ejurnalmalahayati.ac.id/>
- Sudjana. (2003). *Teknik Analisis Regresi dan Korelasi*. Bandung : Tarsito
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung : Alfabeta.
- Wahyudi, A., & Arifin, M. (2021). Power otot tungkai sebagai penentu performa lompatan vertikal pada pemain bola voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 87–94.
- Wahyuni, L., & Siregar, D. (2023). *Pengaruh latihan pliometrik terhadap peningkatan kemampuan smash atlet voli pelajar*. *Jurnal Keolahragaan Indonesia*, 12(1), 54–63.

- Wahyuni, Triyani Esti. (2020). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan *Smash* Pada Permainan Bola Voli Putra Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 3 Tapung-kampar. Universitas Islam Riau. Tersedia Pada : <https://repository.uir.ac.id/10221/>
- Widodo, A. (2018). Makna Dan Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Insan. *Jurnal Motion*, 9(1), 53–60.
- Winarno et al., (2013). *Teknik Dasar Bermain Bolavoli*. Malang. Penerbit: Universitas Negeri Malang.
- Yulifri, Sepriadi, Wahyuri. (2018). Hubungan Daya Otot Tungkai dan Otot Lengan dengan Ketepatan *Smash* Atlet Bola Voli Gempar Kabupaten Pasaman Barat, *Jurnal Menssana*. 3(1).