

### DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2016). Latihan mental atlet dalam mencapai prestasi olahraga secara maksimal.
- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Wicaksono, P. A. (2021). Efektivitas vertical jump terhadap kemampuan *Smash* bola voli putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.38631>
- Ahmadi, N. (2017). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 10(2), 231–242. <http://dx.doi.org/10.36706/altius.v10i2.15871>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Anam, K., Aji Jurusan Pendidikan dan Kepelatihan Olahraga, T., & Ilmu Keolahragaan, F. (2015). Unnes *Journal of Sport Sciences* klub bola voli putra ivokas kabupaten Semarang. <https://doi.org/10.15294/ujoss.v4i1.8637>
- Anggreani, N. I., & Setiawan, I. B. (2024). Pengaruh Latihan Variasi Lompat Gawang Terhadap Power Otot Tungkai Ekstrakurikuler Bola Voli Siswa SMA. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 13(1), 93–103. <https://doi.org/10.22437/csp.v13i1.27294>
- Anufia, B., & Alhamid, T. (2019). *Instrumen pengumpulan data*.
- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). *Long-term athlete development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bompa, T. O. (2015). *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Champaign: Human Kinetics.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
- Bukhori. (2015). *Teknik dasar permainan bola voli*. Dalam Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, Universitas Tanjungpura. Diakses dari <https://jurnal.untan.ac.id>
- Bunaliyanto, A. A. (2023). *Pengaruh Variasi Latihan Lompat Gawang Terhadap Peningkatan Jumping Smash Dalam Permainan Bola Voli Pada Reborn*

*Volly Ball Club Skripsi Oleh : Ardhana Aprillia Bunaliano Nim K1a219011*. DEEPUBLISH.

- Djollong, A. F. (2014). Tehnik pelaksanaan penelitian kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).
- Endriana, A., dkk. (2024). Pengaruh latihan spike melalui bola digantung dan bola dilempar sendiri terhadap keterampilan spike dalam permainan bola voli. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, Universitas Galuh. Diambil dari <https://jurnal.unigal.ac.id/J-KIP/article/view/12259>
- Haniah, N. (2013). Uji normalitas dengan metode liliefors. *Statistika Pendidikan*, 1, 1–17.
- Harsono, D. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Olahraga*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Harsono. (2018). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2018). *Coaching dan aspek-aspek psikologis dalam coaching*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Harsono. (2020). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan eksperimen-kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187–203. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Ismoko, A. P. (2015). Pengaruh Latihan Naik Turun Bangku Terhadap Tinggi Loncatan Siswa Yang Mengikuti Ekstra Kulikuler Bola Voli Sd Negeri 2. *Dinamika Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 1–11. <https://dx.doi.org/10.30595/dinamika.v7i1.925>
- Imron, B. (2024). *Latihan Drill-Spike dan Ketepatan Smash pada UKM Voli*. SCJ.
- Kamila, A. (2020). *Makalah bola voli*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31219/osf.io/qu2jy>
- Kismono, A., & Dewi, R. (2021). Kontribusi simulasi game terhadap Passing sepakbola. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(02), 90–95. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.304>

- Listina, R. (2012). *Mengenal Olahraga Bola Voli*. PT Balai Pustaka (Persero).
- Lolang, E. (2014). Hipotesis nol dan hipotesis alternatif. *Jurnal Keguruan Dan Ilmu*
- Lukman, M. Y. (2021). *Pembelajaran dan Pelatihan Gerak Olahraga*. Jakarta: Kencana.
- Mardiani, L. (2018). *Dasar-Dasar Latihan Teknik Bola Voli*. Bandung: CV Remaja Rosdakarya
- Marsiyem, M., Destriana, D., & Pratama, R. R. (2018). Pengembangan Model Pembelajaran Servis Bawah Permainan Bola Voli. *Sebatik*, 22(2), 161–166. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v22i2.323>
- Muttaqin, I., Winarno, M. E., & Kurniawan, A. (2016). Pengembangan model latihan *Smash* bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMPN 12 malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(2), 257–272. <http://dx.doi.org/10.17977/pj.v26i2.7505>
- Narlan Abdul & Juniar Dicky Tri. (2020). *Pengukuran dan evaluasi olahraga. (Prosedur Pelaksanaan Tes dan Pengukuran dalam Olahraga Pendidikan dan Prestasi)*. Yogyakarta: Deepublish
- Nugraha, U., & Yuliawan, E. (2021). Meningkatkan hasil belajar *Passing* atas bola volimelalui pendekatan gaya mengajar latihan dengan menggunakan audio visual. *Pendidikan*, 3(3), 685–695. <https://doi.org/10.47178/jkip.v3i3.99>
- Nurhasan. (2021). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: UPI Press.
- Rangga, R., Aryanti, S., & Destriana, D. (2023). Latihan Shuttle Run dalam Meningkatkan Kelincahan Dribbling Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 145–152. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.7918>
- Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel dan paradigma penelitian.
- Sajoto. (2020). *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.

- Santoso, R., & Setiabudi, A. (2019). *Analisis biomekanika gerakan spike bola voli pada atlet remaja*. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(2), 115–123.
- Saputra, D. I. M., & Gusniar, G. (2019). Meningkatkan hasil belajar *Passing* bawah bola voli melalui bermain melempar bola. *Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 64–73. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.862>
- Satrianto, M., & Muhammad, H. N. (2014). Pengaruh Model Pembelajaran Langsung Dengan Menggunakan Modifikasi Bolavoli Mini Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2, 840–843.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor Learning and Performance: From Principles to Application* (5th ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Schöllhorn, W. I., Mayer-Kress, G., Newell, K. M., & Michelbrink, M. (2020). Differential learning: Adaptability as a function of practice variability. *Human Movement Science*, 69, 102563. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2019.102563>
- Setiawan, D. (2018). *Pengaruh Latihan Spike Menggunakan Bola Modifikasi terhadap Keterampilan Spike pada SMP 1 Manonjaya*. *Journal of S.P.O.R.T.*
- Shodiq, A., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2019). Pengaruh Latihan Lompat Gawang Dalam Meningkatkan Tinggi Lompatan *Spike* Pada Permainan Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler Di Man 2 Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 3(1), 29–33. <https://doi.org/10.33369/jk.v3i1.8808>
- Sianturi, R. (2022). Uji homogenitas sebagai syarat pengujian analisis. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 8(1), 386–397. <https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.507>
- Spike* dalam bola voli, ini tekniknya. (2022, January 25). *kumparan.com*. <https://kumparan.com/info-sport/spike-dalam-bola-voli-ini-tekniknya-1xN0xYcgIba>

- Sucipto, E., & Widiyanto, W. (2016). Jurnal Keolahragaan. *Pengembangan Model Pembelajaran Lempar Lembing Untul Siswa Sekolah Menengah Pertama(Smp)*,4(April), 111–121. <https://dx.doi.org/10.21831/jk.v3i2.6224>
- Suharno, HP (1985). *Dasar-dasar Melatih Permainan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
- Sukardi, H. M. (2021). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kompetensi Dan Praktiknya(Edisi Revisi)*. Bumi Aksara.
- Syafruddin. (2022). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Syaleh, M. (2017). Upaya meningkatkan hasil belajar servis atas bola voli melalui media pembelajaran lempar pukul bola kertas pada siswa kelas vii Smp. *JurnalPrestasi*, 1(1), 23–30. <https://doi.org/10.24114/jp.v1i1.6494>
- Syafruddin. (2022). *Ilmu kepelatihan olahraga: Teori dan aplikasinya dalam pembinaan olahraga*. Padang: UNP Press.
- Swarjana, I. K., & SKM, M. P. H. (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Penerbit Andi.
- Wahyuda, T. A., Winarno, M. E., & Tomi, A. (2016). Model Latihan *Block* Permainan Bola Voli Pada Kegiatan Ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 1, 26. <http://dx.doi.org/10.17977/pj.v26i1.7744>
- Wati, S., & Sugihartono, T. (2018). Pengaruh latihan terpusat dan latihan acak terhadap hasil penguasaan teknik dasar bola basket. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 36–43. <http://dx.doi.org/10.33369/jk.v2i1.9185>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102. <https://doi.org/10.33592/perspektif.v3i2.1540>
- Zhang, L., Zheng, X. L., Qiu, D. S., Cai, S. K., Luo, H. M., Deng, R. Y., & Liu, X. J. (2013). [Correlation analysis of major agronomic characters and the polysaccharide contents in *Dendrobium officinale*]. *Zhong Yao Cai = Zhongyaocai = Journal of Chinese Medicinal Materials*, 36(10), 1573–1576.

Zubaedi, A., & Muhafid, E. A. (2023). Pengaruh Variasi Metode Latihan Untuk Meningkatkan Jumping *Smash* Dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Edukasi CitraOlahraga*, 3(1), 40–43. <https://doi.org/10.38048/jor.v3i1.1458>