

DAFTAR PUSTAKA

- Abdoellah, Arma. 1981. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: PT. Sastra Budaya.
- Anatomi, Tim. 2010. *Diktat Anatomi Manusia*. Yogyakarta: Diba Adversiting.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahtra, Ridho. 2022. *Buku Ajar Permainan Sepakbola*. Pertama. edited by L. Nasution. Padang: Sukabina Press.
- Bausad, Andi Anshari, and Musridfin Arif Yanuar. 2020. "Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo2max Atlet Futsal Putra UNDIKMA." *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan* 4(4):571–76.
- Budiman, Ade Febrianto, Ali Budiman, and Ruslan Rusmana. 2019. "Hubungan Antara Fleksibilitas Panggul Dengan Keterampilan Kayang Dalam Senam Lantai." *Journal of Physival and Outdoor Education* 1(2):118–22.
- Greene, Jacqui Haas. 2010. *Dance Anatomy*. United States of Amerika: Human Kinetics, Inc.
- Haller, David. 2010. *Belajar Berenang*. Bandung: Pioner Jaya.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakatya.
- Harsono. 2020. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT Remaja Rosdakatya.
- HB, Bafirman, and Asep Sujana Wahyuri. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. 1st ed. Padang: PT RajaGrafindo Persada.
- Holland, George J., Kiyoji Tanaka, Ryosuke Shigematsu, and Masaki Nakagaichi. 2002. "Flexibility and Physical Functions of Older Adults: A Review." *Journal of Aging and Physical Activity* 10(2):169–206.
- Iis, Marwan. 2008. *Diktat Metodologi Penelitian*. Tasikmalaya: PJKR FKIP Universitas Siliwangi.
- Ishak, Muchamad, Sony Hasmarita, and Ahmad Afandi Harja. 2020. "Hubungan Motor Ability Dengan Hasil Keterampilan Renang Gaya Punggung." *Jurnal Master Penjas & Olahraga* 1(1):39–46.
- Ismaryati. 2008. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS dan UNS Press.
- KBBI. 2008. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional Jakarta.
- Lahinda, Jori. 2020. "Pengaruh Latihan Teknik Dasar Terhadap Kemampuan Renang Gaya Bebas Pada Mahasiswa Penjaskesrek Universitas Masamus." *Jargaria Sprint: Jurnal Science of Sport and Health* 1(2):85–90.
- Maulana, Ridwan. 2010. "Kekuatan Power Tungkai, Kekuatan Otot Tungkai Dan

- Kelincahan Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola Dan Futsal Di SMP Negeri 3 Gadean.” 3(4):10–11.
- Mulyaningsih, Farida. 2009. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Kelas V*. Klaten: PT. Intan Pariwara.
- Murti, O. S. 2016. “Perbedaan Pengaruh Peningkatan Fleksibilitas Back Muscle Dengan Latihan Pnf Stretching Dan Pilates Exercise Pada Wanita.” Universitas Esa Tuggal.
- Narlan, Abdul, and Dicky Tri Juniar. 2020. *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Narlan, Abdul, and Dicky Tri Juniar. 2021. *Statistika Dalam Penjas Aplikasi Praktis Dalam Penelitian Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nilhakim, Nilhakim. 2022. “Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Kupu-Kupu Pada Atlet Ocean Club Kota Jambi.” *Cerdas Sifa Pendidikan* 11(2):97–108. doi: <https://doi.org/10.22437/csp.v11i2.19658>.
- Nurhasan, and Abdul Narlan. 2017. *Tes Dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Tasikmalaya: Universitas Siliwangi.
- Pasaribu, Ahmad Muchlisin Natas. 2020. *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Banten: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).
- Pratiwi, Isna. 2015. “Sekolah Renang Di Kota Semarang Dengan Penekanan Design Sustainable Architecture.” *Canopy: Journal of Architecture* 4(2):1–9.
- Putz, Reinhard, and Reinhard Pabst. 2006. *Sobotta Atlas of Human Anatomy*. 14th ed. Munchen: Urban & Fischer.
- Rahima, Ahmad Atiq, and Wiwik Yunitaningrum. 2014. “Keterampilan Gaya Bebas (Crawl) Dalam Olahraga Renang Pada Mahasiswa Penjaskesresk UNTAN Angkatan 2013.” *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa* 3(10):1–12. doi: <http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v3i10.7329>.
- Sajoto, Mochammad. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Sari, Yudi Karisma, and Pawit Pratestiono. 2020. “Hubungan Antara Power Otot Tungkai, Power Otot Lengan, Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Keterampilan Smash Bola Voli.” *Jurnal Ilmiah Mitra Swara Ganesha* 7(2):95–110.
- Selian, Suandi, Yoki Afriandy Rangkuti, Dodi Irwansyah, and Jubaidah. 2022. “Talent Scouting Children’s Swimming Sport in East Langsa Distric.” *Matondang Journal* 1(1):41–45. doi: <https://doi.org/10.33258/matondang.v1i1.583>.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2019. *Pelatihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Solihin, Akhmad Olih. 2013. "Peran Alat Bantu Rubber Resistant Terhadap Kecepatan Reang Gaya Dada 25 Meter Mahasiswa PJKR Angkatan 2009 Di STKIP Pasundan Cimahi." *Jurnal Kepeleatihan Olahraga* 5(1):1–11. doi: <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v5i1.16240>.
- Solihin, Akhmad Olih, and Sriningsih. 2016. *Pintar Belajar Renang*. Bandung: Alfabeta.
- Subana, M., and Sudrajat. 2009. *Dasar-Daar Penelitian Ilmah*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Subekti, Nur. 2011. "Pengaruh Latihan Plyometric Hurdle Hopping Dan Side Double Front Jump Combination Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai Pada Pesilat Putra Ukm Tapak Suci Putera Muhammadiyah Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2011." UNS.
- Suci, Mely Mareta Prawulan. 2012. "Kontribusi Power Otot Lengan, Power Otot Tungkai Dan Panjang Rentang Lengan Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas Pada Mahasiswa PJKR FKIP Universitas Siliwangi Tasikmalaya Tahun Akademik 2011/2012." Universitas Siliwangi.
- Sugiyanto, Fransiscus Xaverius. 2010. "Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Penggunaan Alat Bagi Mahasiswa PKO Pemula Tahun Ajaran 2010." *Jurnal Evaluasi Dan Penelitian Pendidikan*.
- Sugiyono. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Kedua. edited by Sutopo. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. 2010. *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sumarsono, Wawan. 2019. *Seri Olahraga Renang*. Sleman: Sentra Edukasi Media.
- Supriyadi, and Wardani. 2010. *Anatomi Manusia*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sutanto, Teguh. 2016. *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syafruddin. 2011. *Dasar-Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Padang: FPOK IKIP: Padang.
- Syafruddin. 2013. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga Teori Dan Aplikasinya Dalam Pembnaan Olahraga*. Padang: UNP press.
- Syarifudin, Syarifudin, Mimi Haetami, and Andika Triansyah. 2019. "Hubungan Power Otot Tungkai, Kekuatan Otot Lengan Dan Tinggi Badan Terhadap Kecepatan Renang." *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)* 8(10).
- Tambunan, Andrian Hasif. 2020. "Makalah Olahraga Renang Andrian."
- Thomas, David G. 2016. *Renang Tingkat Mahir*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.