

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, K. D., & S-1. 2015. Pengaruh Latihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Kurnia Dwi Aisyah. *Jurnal Kesehatan Olahraga Volume, 03(01)*, 79–86.
- Arifiyanto, Z. 2014. Penggunaan Media Stop Watch Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar, 1–11.
- Broto, D. P. 2015. Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Power Otot Tungkai Atlet Remaja Bola Voli. *Motion, Volume, VI(2)*, 174–185.
- Dr. Ida Bagus Wiguna, M. p. 2017. *Teori dan Aplikasi Latihan kondisi fisik*.
- Edwan,ari sutisyana, bogy restu ilahi. 2017. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1 (1) 2017. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1(1)*, 1–5.
- Fazlullah Zahidi. 2015. Hubungan motor Fitness dengan keterampilan Bermain bola Voli Fazlullah. *Hubungan motor Fitness dengan keterampilan Bermain bola Voli Fazlullah, 5(1)*, 32–35.
- Hanafi, S. 2010. Efektifitas Latihan Beban Dan Latihan Pliometrik Dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kecepatan Reaksi. *Jurnal Ilmu Olahraga, 1(2)*, 1–9.
- Iskandar Rizal Pratama, Nasuka, H. 2015. Unnes Journal of Sport Sciences. *Journal of Sport Sciences, 4(2)*, 28–33.
- Iswan. 2014. Analisis Daya Ledak Tungkai Dan Kecepatan Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Pada Siswa Smp Negeri 5 Biromaru. *E-Journal Tadulako Physical Education, Health And Recreation, 2(6)*, 1–14.
- Jaya Priyanto, D. 2014. Journal of Sport Sciences and Fitness. *Pengaruh Senam Sang Surya Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Lansia Di Padepokan Tapak Suci Banjarnegara Tahun 2013, 3(1)*, 23–26.
- Junaidi. 2013. Cedera Olahraga Pada Atlet Pelatda PON XVIII DKI Jakarta. *Jurnal Fisioterapi, 13(1)*, 12–16. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2006.00634.x>
- Kurnia Rismaningtyas. 2016. Journal of Physical Education , Health and Sport. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 3(5)*, 1–5.
- Maya Kurnia, B. M. W. K. 2013. - Jurnal Keolahragaan, 1(3), 72–83.
- Munzir. 2018. Survei Kebugaran Jasmani Para Petani Pemula Desa Blang Gele Kecamatan Bebesan Kabupaten Aceh Tengah Munzir, 5(2), 135–144.

- Nasution, N. S. 2015. Issn 2338-2996. *JURNAL PENDIDIKAN UNSIKAJ*, 3(2), 188–199.
- Nune Wire Panji Sakti & Johan Irmansyah. 2016. Pengaruh Latihan Pyometric dan Resistance terhadap Peningkatan Kecepatan dan Daya Ledak Otot Tungkai. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 2(2), 218–229.
- Panduan, Buku cabang olahraga bola voli special olympics, 2009. (2009). *BUKU PANDUAN CABANG OLAHRAGA BOLA VOLI*.
- Prakoso, D. P., & Hartoto, S. 2015. Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli di SMS DR.Soetomo Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, Volume 3, 9–13. <https://doi.org/10.1098/rstb.2014.0015>
- Tambe, R. A. 2015. Establishment of norms for stork stand test of higher secondary students of Maharashtra state. *International Journal Pf Physical Education, Sport and Health*, 2(2), 338–341.
- Vishnu Raj. R. 2017. Vishnu Raj R Bola voli sebagai melompat vertikal pemain yang biasanya kunci untuk titik Program pelatihan Analisis statistik. *International Journal of Yoga, Fisioterapi Dan Pendidikan Jasmani*, 2(5), 181–184.
- Vishnu Raj, R. 2017. Effect of plyometric training on selected physical and physiological variables among college level volleyball players. *Journal of Yoga, Physiotherapy and Physical Education*, 2(5), 181–184.
- Widodo. 2010. Pengaruh Penambahan Terapi Ultra Sonik Pada Intervensi. *Jurnal Fisioterapi Indonusa*, 6(2)