

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin dan Muhadi. 1992/1993. "Pendidikan Jasmani dan Kesehatan". Jakarta : Depdikbud.
- Bompa, T.O., 1994. Theory and Methodology of Training, 3rd edition, Toronto, Ontario: Kendall/Hunt Publishing Company
- Bompa, T. O. (1994). Power Training For Sport: Plyometrics Explosive Power Development (cetakan kedua). Canada: Mosaic press.
- Budiwanto, S., 2004. Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga, Malang: Jurusan Ilmu Keolahragaan, FIP.
- Chu Donal A. 1992. Jumping Into Plyometrics. California: Leisure Press. Champaign. Illinois.
- Erwan Agus Purwanto dan Dyah Ratih Sulistyastuti (2007), metode penelitian kuantitatif, Untuk Administrasi Publik, Dan Masalah-masalah sosial. Yogyakarta: gaya media
- hanafi, Moh. (2020). metodologi kepelatihan olahraga dan penyusunan program latihan. CV. jakad media publishing.
- Harsono, (1988), Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching, Jakarta, CV. Kesuma.
- <https://dokumen.tips/documents/contoh-latihan-pliedometrik.html>
- <http://galeripenjas.blogspot.com/2013/03/mengkombinasikan-latihan-plyometric.html>
- <https://www.kompasiana.com/raidersmarpaung/5e3a4ed9097f366fc61f2f12/tentang-permainan-bola-voli?page=all>
- Jonathan, Sarwono. 2006. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Pate, dkk. (1993). Dasar-dasar Ilmiah Kepeleatihan. (diterjemahkan dari "Scientific Fondation of Coaching, oleh: Drs. Kasiyo Dwijowinoto, Ms) Semarang: IKIP Semarang Press.
- Radcliffe, J. C & Farentinos, R.C. 2002. Plyometrics Explosive Power Training. 3rd ed. Champaign, Illinois: Human kinetics Published, Inc.

- Setiadi.Bambang.(2011). permainan bola voli, sejarah, teknik, taktikfisik dan peraturan. Bahndung: GotongRoyong.
- Sugiyono. 2010. Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta.
- Soeharsono, 1981. Fungsi dan Perencanaan Fasilitas Olahraga, Makalah disajikan dalam Simposium-Panel Kesehatan Olahraga, Fakultas Kedokteran UGM, Yogyakarta, 5 Desember 1981.
- Suharno, 1993. Metodologi Pelatihan, Jakarta: Pusat Pendidikan dan Penataran KONI.