

Daftar Pustaka

- Hidayat, Witono. 2017. Olahraga Pilihan Bola Voli. Jakarta Timur: Perpustakaan Nasional RI
- Pardijono. 2011. Olahraga Bola Voli. Jakarta Barat: Unesa University Press
- Muhajir, (2007). Pendidikan Jasmani dan Kesehatan untuk SMA Kelas 1. Jakarta: Erlangga.
- Budiwanto, Setyo. 2012. Metodologi Latihan Olahraga. Malang: UM Press.
- Sukadiyanto, Muluk, D. 2011. Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung: CV. Lubuk Agung.
- Sugiyono. 2011. Metode Penelitian Pendidikan. Alfabeta. Bandung.
- Langga, Zena Anfidi, Supriyadi. 2016. Pengaruh Model Latihan menggunakan Metode Praktik Dostribusi terhadap Keterampilan Dribble anggota Ekstrakulikuler Bola Basket SMPN 18 Malang. Jurnal Kepelatihan Olahraga, Vol 1 No 1.
- Somantri, H. dan Sujana. 2009. Permainan Net. Sumedang: Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
- Kresnayadi, I Putu Eri. 2016. Pengaruh Pelatihan Ladder Drill 8 Repetisi 3 Set Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, Vol 2: 103-107.
- Kresnayadi, I Putu Eri, dan Arisanthi Dewi. 2017. Pengaruh Pelatihan Plyometric Depth Jump 10 Repetisi 3 Set Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai. Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi, Vol 3, No 2.

- Ghosh, Arabinda. 2005. *Manual of Training for Government Officials*. Administrative Training Institute. Government of West Bengal: Bidhan Nagar, Kol-kata. Jurnal.
- Singh, G dan Belokar, R. M. 2012. *Lean Manufacturing Implementation in the Assembly shop of Tractor Manufacturing Company*. International Jurnal. <http://repositori.unsil.ac.id/1102/3/BAB%20I%20GOGEN.pdf>
<http://f.ik.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/buku-6.pdf>
- Wahono. 2008. *Latihan Memukul Bola Digantung*. <http://reginalicheteria.wordpress.com/2008/8/27/latihan-memukulboladigantung-ketepan.html>. diakses pada tanggal 04 Nopember 2021, Jam 12.26 WIB
- Yudasmara, Dona, S. 2014. *Pengembangan Model Latihan Teknik Block dalam Bolavoli*. Jurnal IPTEK Olahraga, 16 (1): 79-102.
- Winarno & Sugiono. 2011. *Sejarah & Teknik Dasar Permainan Bolavoli*. Malang: PJK FIK Universitas Negeri Malang.
- Pranatahadi. (2007). *Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional*. Yogyakarta: FIKUNY.
- Mulya, U. (2019). *Studi Tentang Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Pemain Bolavoli Putri*. *Jurnal Patriot*, 2(4), 951-962.