

**DAFTAR PUSTAKA**

- Agustian, A., Lisdiana, K., Suryana, A., & Nursalman, M. (2025). *Analisis Statistik Uji Normalitas dan Homogenitas Data Nilai Mata Pelajaran dengan Menggunakan Python*. 10(1), 51–56.
- Aidos, & Yuksel. (2017). The effect of shadow badminton trainings on some the motoric features of badminton players. *Journal of Athletic Performance and Nutrition*, 4(2), 11–28.
- Amir Supriadi. (2015). Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Menggiirng Bola Pada Permainan Sepakbola. *TERAMPIL: Jurnal Ilmu Keolahraaan.*, 14(1), 1–14. <https://doi.org/10.24042/terampil.v7i2.8119>
- Anshori, H. (2016). Pengaruh Latihan Knee Tuck Jump Dan Barrier Hops Terhadap Jauhnya Tendangan Long Pass, Pada Pemain Ssb Forza Junior. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 1(2), 23–24.
- Budiwanto. (2012). Metodologi Latihan Olahraga . Malang: Universitas Negeri Malang. In *UM Press*.
- Cakrawijaya, M. H. (2021). Pengaruh Latihan Hurdle Jump Terhadap Kemampuan Mawashi Geri Cabang Olahraga Karate Pada Mahasiswa Universitas Megarezky. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 1(1), 54.
- D Ananzar, & J Mistar. (2022). Pengaruh Latihan Menggunakan pemberat kaki Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Atlet Pencak Silat Kota Langsa. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra (JORS): Jurnal Ilmu Olahraga, Kesehatan Dan Rekreasi*, 5(2), 9–19.
- Eknal Yonsa Perikles, Edy Mintarto, N. H. (2016). Pengaruh Latihan Jump To Box, Front Box Jump, dan Depth Jump Terhadap Peningkatan Explosive Power Otot Tungkai dan Kecepatan. *Media Ilmu Keolahraaan Indonesia*, 6(1), 8–14.
- Endang Sepdanius, D. (2018). *Tes dan Pengukuran Olahraga*.

- Gameal, Q. A., & Hidayat, A. S. (2020). Perbedaan Latihan Hurdle Jump Dengan Skipping Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Pada Penjaga Gawang Ps Unsika Karawang. *Suparyanto Dan Rosad (2015, 5(3), 248–253.*
- Gunasti, A., Assidiqi, A. A., Kumala, C. I., & Kristiawan, I. (2024). Uji Independent Sampel T Test Pada Shrinkage Limit Tanah Terganggu Dan Tidak Terganggu Independent Sample T Test on Shrinkage Limit Disturbed and Undisturbed Soil. *5(3), 345–354.*
- Harsono. (2015). Coaching dan aspek-aspek psikologi dalam coaching Jakarta: PT. Dirjen Dikti P2LPT. *Cerdas Sifa Pendidikan, 200.*  
<https://doi.org/10.22437/csp.v13i1.2815>
- Ibeng, P. (2021). *Pengertian Olahraga, Tujuan, Manfaat, Jenis Dan Menurut Ahli.*
- Kusminto, P. T., Kusnanik, N. W., & Mintarto, E. (2021). Pengaruh Latihan Box Drill Dan Jump Drill Terhadap Kelincahan Dan Kecepatan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education, 7(1), 39–48.* <https://doi.Org/10.58258/Jime.V7i1.1690>
- Mahendra, A. (2014). *Pengaruh Model Latihan Pliometrik Terhadap Power Otot Lengan Dan Power Otot Tungkai Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis Sd N 2 Kotakarang.*
- Malau, G. T., Haetami, M., & Triansyah, A. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Hurdle Jump Terhadap Lompatan Penjaga Gawang Di Klub Sepak Bola Mandau Putra Ketapang. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 11(4), 1–9.* <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i4.54256>
- Nurseto, P. W. (2021). *Pengaruh Latihan Plyometric Hurdle Jump terhadap Kemampuan Daya Ledak Otot Tungkai MBO Bola Voli POR UMS.* 11.
- Parengkuan, M. (2015). *Pengaruh Latihan Plyometric Box Jump Dan Barrier Hops Terhadap Tinggi Raihan Block Pada Permainan Bola Voli. Thesis, Universitas Negeri Gorontalo.*

- Permana, R. A., & Ikasari, D. (2023). Uji Normalitas Data Menggunakan Metode Empirical Distribution Function Dengan Memanfaatkan Matlab Dan Minitab 19. *Semnas Ristek (Seminar Nasional Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 7(1), 7–12. <https://doi.org/10.30998/semnasristek.v7i1.6238>
- Purnama, S. K. (2010). *Kepelatihan Bulutangkis*. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i1.6568>
- Putri, A. D., Ahman, A., Hilmia, R. S., Almaliyah, S., & Permana, S. (2023). Pengaplikasian Uji T Dalam Penelitian Eksperimen. *Jurnal Lebesgue : Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Matematika Dan Statistika*, 4(3), 1978–1987. <https://doi.org/10.46306/lb.v4i3.527>
- Rahman, A. (2014). *Panduan Pembelajaran Bulutangkis, Makassar. FIK UNM*.
- Rasjidi, M.Si, Prof. Dr. I. R. (2017). Metodologi penelitian. *Universitas Islam Jakarta*, 1–186.
- Rosadi, C. R. R., Mukhlisuddin, & Irfandi. (2021). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Shooting Pemain Sepakbola Cobra 89 FC Aceh Besar 2020. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 1–18
- Silva, A. F., Clemente, F. M., Lima, R., Nikolaidis, P. T., Rosemann, T., & Knechtle, B. (2019). The effect of plyometric training in volleyball players: A systematic  
*International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph16162960>
- Siswantoyo. (2014). Peningkatan Power Tungkai Pesilat Remaja Melalui Latihan Pliometrik. *Journal Cakrawala*, 1.
- Sugiyanto, F., & Prayitno, E. (2017). (N.D.). *Schools Badminton Teachers' Manual*.
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*.
- Sukadiyanto. (2011). Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik. In *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*.

- Sukadiyanto. (2016). Prinsip-Prinsip Pola Bermain Tenis Lapangan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(4), 261–281.
- Udin, Moch. B. (2021). Buku Ajar Statistik Pendidikan. In *Forum Statistika Dan Komputasi* (Vol. 8, Issue 1).
- Widiastuti. (2011). Tes dan Pengukuran Olahraga (Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya, 2011). In *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Wijaya, A. R. W. (2021). Pengaruh Latihan Plyometric Jump To Box Dan Interval Hurdle Jump Terhadap Peningkatan Daya Ledak Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK PGRI 1 .... *Seminar Nasional Keindonesiaan (FPIPSKR ...)*, November, 587–596.
- Yuliawan, D. (2017). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kelenturan Pergelangan Tangan Dengan Ketepatan Smash Penuh Dalam Permainan Bulutangkis. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 8(1), 13–26. <https://doi.org/10.33558/motion.v8i1.438>
- Yusuf, M. (2018). Perbedaan pengaruh latihan plyometric depth jump dan knee tuck jump terhadap peningkatan vertical jump pada pemain bola voli. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 1, 13.
- Zulkifli, A., Gusniati, J., Zulefni, M. S., & Afendi, R. A. (2025). *dengan Tutorial uji normalitas dan menggunakan aplikasi SPSS uji homogenitas*. 1(2), 55–68.