

DAFTAR RUJUKAN

- Budhiarta, I Made Danu. 2018. *Teori Praktek Permainan Bola Voli Pantai*. Singaraja : Universitas Pendidikan Ganesha.
- Hardianto, dkk. 2018. *Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Kekuatan Otot Perut Dan Panjang Tungkai Dengan Kemampuan servis atas Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswi Ekstrakurikuler Bolavoli Sman 4 Kediri*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Hidayat, S. 2014. *Pelatihan Olahraga dan Metodologi*. Yogyakarta : Ruko Jambusari.
- Lutan R, dkk. 2000. *Dasar-dasar Kepelatihan*. Jakarta : Departemen pendidikan dan kebudayaan
- Maj'di, A.F. 2018. Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan, Panjang Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Kemampuan Servis Bola Voli Siswa Putra Kelas Xi Ipa A, Xi Ipa B, Xi Ipa c Sma Negeri 4. *Jurnal Artikel Skripsi Universitas Nusantra PGRI*. 0(8).
- Melkias, A.F. 2018. Hubungan Antara Daya Ledak Otot Tungkai, Kekuatan Lengan Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Kemampuan *Smash* pada Siswa Putra Ekstrakurikuler BolaVoli 2018. *Artikel Skripsi Universitas Nusantara PGRI Kediri*. 1-7.
- Muin, A.B.D. 2017. *Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Panjang Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Servis atas Bola Voli*. Skripsi Surabaya: UNESA.
- Nala, Ngurah. 2002. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Komite Olahraga Indonesia (KONI).
- Noor, Juliansyah. 2006. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama.
- Purwanto, dkk. 2017. *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Perut Dengan Servis Pada Permainan Bola Voli Siswi Exstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 1 Puncu*. Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Rahmattullah. 2018. Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Dan Kekuatan Otot Perut Terhadap Keterampilan *servis atas* Ekstrakurikuler Bolavoli Siswa Smp Pgri Cikembang Kabupaten Sukabumi Tahun 2017/2018. *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan Jasmani UMMI ke-1 Tahun 2018*. 199-203
- Riyadi, Slamet. 2008. *Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Terhadap Power Otot Tungkai*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Rozikin, Khoirur. 2010. *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Togok Dengan Jumping Servis Dalam Permainan Bola Voli pada Pemain*

Putra Klub IVOKAS Kabupaten Semarang. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Suharno, H.P. 1982. *Dasar-Dasar Permainan Bola Voli*. Yogyakarta : FPOK IKIP Yogyakarta

Syaifuddin, H. 2006. *Anatomi Fisiologi untuk Mahasiswa Keperawatan* . Jakarta EGG

Yoda,I Ketut.2006. *Peningkatan Kondisi Fisik*. Singaraja : Universitas Pendidikan Ganesha.

Yunus.1992. *Olahraga Pelatihan Bola Voli*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

