

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, N. (2022). *Panduan Olahraga Bola Voli: Teori dan Praktik Penyerangan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Arifin, Z. (2024). *Kondisi Fisik dan Biomotorik Atlet Olahraga Permainan*. Bandung: Alfabeta.
- Arikunto, S. (2022). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Farhan, M. (2022). *Pencegahan dan Penanganan Cedera Olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.
- Fathoni, A. (2025). *Metodologi Pelatihan dan Transfer Keterampilan Teknik Olahraga*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Fauzi, A. (2023). Pengaruh Latihan Drill Smash Melompati Rintangan Tali terhadap Presisi Pukulan Pemain Pemula. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 15(1), 45-52.
- FIVB. (2022). *Official Volleyball Rules 2021-2024*. Lausanne: Fédération Internationale de Volleyball.
- Firmansyah, H. (2024). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Keberhasilan Drill Smash Usia Remaja. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 12(2), 88-96.
- Giriwijoyo, S. (2023). *Fisiologi Kerja dan Olahraga: Perencanaan Program Latihan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Handoko, R. (2024). *Prinsip-Prinsip Latihan Beban Berprogresi dalam Olahraga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Harsono. (2022). *Kepelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, R. (2023). *Diferensiasi Program Latihan Olahraga Individu dan Beregu*. Malang: Wineka Media.
- Hidayat, R. (2024). *Analisis Biomekanika Lompatan Vertikal dan Ketepatan Smash Bola Voli*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Hidayatullah, M. (2023). *Mekanika Gerak dan Analisis Penyerangan Bola Voli*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- Kurniawan, A. (2024). Evaluasi Pembelajaran Bola Voli Berbasis One-Group Pretest-Posttest Design. *Jurnal Keolahragaan*, 10(1), 30-40.

- Kusuma, B. (2024). *Biomekanika Olahraga: Konsep dan Aplikasi Gerak Efektif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Maksum, A. (2022). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Martinez, R., Gomez, P., & Santos, L. (2023). Impact of High-Frequency Technical Practice on Motor Retention in Youth Volleyball Players. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(3), 210-219.
- Nugraha, U. (2023). *Taktik dan Strategi Modern Permainan Bola Voli*. Bandung: Alfabeta.
- Nugroho, S. (2024). *Metode Drill dalam Pelatihan Keterampilan Gerak Olahraga*. Yogyakarta: FIK UNY Press.
- Nurhasan. (2020). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Pratama, A. (2023). *Pembelajaran Bola Voli di Sekolah: Teori dan Implementasi*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Pratama, A. (2025). *Koordinasi Neuromuskular dan Performa Atlet*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Pratama, A., Setiawan, H., & Hidayat, R. (2023). Penerapan Desain Eksperimen Sederhana dalam Pemetaan Respons Motorik Siswa. *Jurnal Riset Pendidikan Jasmani*, 8(2), 98-105.
- Putra, D. (2023). *Rancangan Penelitian Eksperimen dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Ramadhan, F. (2025). *Evaluasi Kinerja dan Analisis Akurasi Pukulan Bola Voli*. Bandung: CV Yrama Widya.
- Santoso, B. (2024). *Aplikasi Analisis Data Statistik dan Metode Drill Olahraga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Saputra, E. (2023). Penerapan Metode Latihan Drill Berbasis Variasi Umpan terhadap Akurasi Smash Bola Voli. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 11(2), 75-83.
- Setiawan, H. (2023). *Analisis Teknik Dasar Smash Bola Voli Bagi Pemula*. Semarang: Dahara Prize.
- Sudaryono. (2022). *Metodologi Penelitian: Teori dan Aplikasi dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Lentera Ilmu.
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sukadiyanto. (2022). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Supriadi, D. (2024). *Manajemen Pemulihan Fisiologis dan Performa Atlet*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Utomo, P. (2022). *Perencanaan dan Evaluasi Program Latihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Wibowo, T. (2023). *Neuropsikologi Gerak dan Kontrol Motorik*. Jakarta: Erlangga.
- Wijaya, K. (2024). *Pembinaan Olahraga Usia Dini dan Pengembangan Bakat*. Surabaya: PT Revka Petra Media.
- Winarno, M. E. (2022). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kesehatan*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.