

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S., & Indarto, P. (2021). Teknik dasar dan variasi latihan permainan bola voli. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Agustina, L., Nur, L., & Subarjah, H. (2023). Analisis penguasaan teknik dasar passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Kontemporer*, 5(1), 34-42.
- American Volleyball Coaches Association (AVCA). (2021). Volleyball skills & drills (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Arikunto, S. (2023). Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik (Ed. rev.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahr, R., Clarsen, B., & Derman, W. (2023). Volleyball-specific neuromuscular warm-up programme and injury prevention in youth athletes: A randomized controlled trial. *British Journal of Sports Medicine*, 57(12), 745–752.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2024). Periodization: Theory and methodology of training (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Brady, G. F. (2021). Preliminary investigations of volleyball wall-volley test. *Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 16(1), 14-17.
- Button, C., Seifert, L., Chow, J. Y., & Davids, K. (2021). Dynamics of skill acquisition: An ecological dynamics approach (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (6th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Davids, K., Araújo, D., Hristovski, R., Passos, P., & Chow, J. Y. (2023). Spatio-temporal regulation and visual-motor coordination in team sports learning. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(4), 1102–1115.
- Destriana, D., & Destriani, D. (2024). Pengaruh variasi latihan berpasangan terhadap keterampilan passing bawah atlet bola voli. *Jurnal Olahraga Kinerja*, 10(1), 45–56.

- Dyson, B., Griffin, L. L., & Hastie, P. (2021). Cooperative learning in physical education and sports: A review of contemporary research. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(3), 289–304.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2023). *How to design and evaluate research in education* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Gabbett, T. J. (2021). The training-injury prevention paradox: Should athletes be training smarter and harder? *British Journal of Sports Medicine*, 55(11), 590–596.
- Ghozali, I. (2024). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 26* (Ed. 10). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Girsang, M., & Hendrawan, A. (2022). Pengaruh variasi pergerakan passing bawah terhadap akurasi passing permainan bola voli. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 14(2), 78-86.
- Gunawan, H. (2024). Penerapan sport science melalui variasi latihan koordinasi visual-motorik terhadap kualitas kontrol bola dalam permainan bola besar. *Jurnal Keolahragaan Indonesia*, 12(1), 55–65.
- Hadi, S., & Pratama, A. Y. (2025). Implementasi game-based approach melalui latihan rally terhadap kemampuan penguasaan bola pada pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 13(2), 112–125.
- Handayani, T., & Setiawan, R. (2023). Pengaruh latihan passing berpasangan dengan perubahan jarak terhadap kemampuan passing bawah atlet pemula. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(1), 40–49.
- Harsono. (2023). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi* (Ed. rev.). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Impellizzeri, F. M., Menaspà, P., Coutts, A. J., Kalkhoven, J., & Markovic, G. (2022). Training load differentiation and physiological adaptation in elite and sub-elite sports. *Sports Medicine*, 52(6), 1245–1258.
- Irawan, F., & Nugroho, S. (2024). Analisis komponen keterampilan control play dan akurasi passing bawah dalam ekstrakurikuler bola voli. *Indonesian Journal of Sports Science*, 8(3), 201–214.
- Irwanto, E. (2021). *Buku ajar bola voli dasar*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

- Jeffreys, I. (2024). *Gamespeed: Movement training for superior sports performance* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kellmann, M., Bertollo, M., Bosquet, L., Brink, M., Coutts, A. J., Duffield, R., Erlacher, D., Halson, S. L., Hecksteden, A., Heidari, J., Kallus, K. W., Meeusen, R., Mujika, I., Robazza, C., Skorski, S., Venter, R. E., & Beckmann, J. (2021). Recovery and performance in sport: Consensus statement. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 13(2), 240–245.
- Kristiyanto, A. (2023). *Metodologi penelitian dalam pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Kusuma, A., Wijaya, M., & Hidayat, R. (2024). Pembentukan keterampilan motorik kasar melalui permainan bola voli. *Jurnal Keolahragaan dan Health*, 6(1), 12-23.
- Magill, R. A., & Anderson, D. I. (2021). *Motor learning and control: Concepts and applications* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Maksum, A. (2021). *Metodologi penelitian dalam olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, A. (2024). *Statistik dalam olahraga* (Ed. rev.). Surabaya: Unesa University Press.
- Merbah, S., Derri, V., & Aglioti, S. M. (2022). Contextual interference effects in motor skill acquisition: A meta-analysis of training schedules in physical education. *Journal of Motor Learning and Development*, 10(2), 175–194.
- Mysidayu, A., & Kurniawan, F. (2021). *Ilmu kepelatihan dasar*. Palembang: Alfabeta.
- Nugraha, U., & Syafei, M. (2025). Model latihan rally passing berpasangan dinamis untuk meningkatkan konsistensi kontrol bola voli remaja. *Jurnal Kepelatihan Olahraga Dunia*, 14(1), 18–32.
- Nuradillah, N. (2024). Efektivitas penggunaan target lingkaran terhadap ketepatan passing bawah bola voli. *Jurnal Olahraga & Prestasi*, 8(1), 101-110.
- Nurfazri, A., Rusdiana, A., & Budiman, D. (2025). Penerapan sirkuit passing dalam meningkatkan daya tahan dan kualitas umpan bola voli. *Jurnal Riset Olahraga*, 15(1), 45-58.

- Nuril, A. (2022). *Pembinaan dan pengembangan olahraga bola voli usia dini*. Jakarta: Pustaka Olahraga.
- Pinder, R. A., Davids, K., Renshaw, I., & Araújo, D. (2021). Representative learning design and the transfer of skill in sports kepelatihan. *Sports Medicine - Open*, 6(1), 14–25.
- Pratama, B. (2022). Efektivitas metode game-based approach terhadap keterampilan dasar bermain bola voli pada siswa sekolah menengah. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2), 115–124.
- Purwanto, H. (2023). Pengaruh jarak dan arah gerak (lateral footwork) pada latihan passing terhadap akurasi umpan bola voli. *Jurnal Ilmiah Penjas*, 9(2), 89–98.
- Renshaw, I., & Chow, J. Y. (2025). Dynamic systems theory and self-organization in ball-handling skills. *Journal of Sports Sciences*, 43(2), 89–101.
- Renshaw, I., Davids, K., Newcombe, D., & Roberts, W. (2021). *The constraints-led approach: Principles for sports coaching and practice*. London: Routledge.
- Rink, J. E. (2021). *Teaching physical education for learning* (6th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Sajoto, M. (2021). *Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga*. Semarang: Semarang Press.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2021). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (6th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Schmidt, R. A., Lee, T. D., Winsten, C., Wulf, G., & Zelaznik, H. N. (2023). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (7th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sehabudin, A., Firmansyah, A., & Kusnandar, X. (2021). Analisis biomekanika teknik passing bawah pada atlet bola voli. *Jurnal Olahraga Terapan*, 4(2), 88-97.
- Setiawan, E. (2024). Pelatihan pergeseran footwork dinamis pada penguasaan kontrol bola voli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(1), 66-75.

- Setyawan, D., & Utomo, G. P. (2026). Efektivitas technical skill circuit training terhadap kemampuan passing atas dan bawah atlet remaja. *Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 12(1), 74–88.
- Sheppard, J. M., Gabbett, T. J., & Stanganelli, L. C. (2021). Footwork specificity and lateral agility acceleration in volleyball match play. *International Journal of Volleyball Research*, 17(1), 33–42.
- Sugiyono. (2024). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, H. P. (2021). *Panduan kepelatihan bola voli modern*. Bandung: Yrama Widya.
- Sujiono, I., & Wardhana, T. (2024). *Penerapan instrumen Brady volleyball test untuk mengukur kemampuan kontrol bola*. Jakarta: Kepelatihan Sport Press.
- Sukadiyanto., & Muluk, D. (2021). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suchomel, T. J., Nimphius, S., & Stone, M. H. (2022). The importance of muscular strength in athletic performance: An updated review. *Sports Medicine*, 52(5), 1011–1028.
- Susanto, E., Rahayu, T., & Hidayat, S. (2021). Evaluasi gerak teknik passing bawah bola voli pemula. *Jurnal Kebijakan Pendidikan Olahraga*, 3(1), 15-24.
- Turner, A. (2022). Stiffness regulation and tendon elasticity in reactive motor skills. *Strength and Conditioning Journal*, 44(3), 56–67.
- Valensi, R., Iskandar, D., & Supriadi, A. (2024). Pengaruh sudut siku dan posisi lutut terhadap kestabilan passing bawah bola voli. *Jurnal Olahraga & Sains*, 7(1), 29-37.
- Widiastuti. (2023). *Tes dan pengukuran olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Wulf, G. (2021). Attentional focus and motor learning: A review of 25 years of research. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 1–24.
- Wulf, G., & Lewthwaite, R. (2022). Optimizing performance through an external focus of attention: The OPTIMAL theory updated. *Journal of Motor Behavior*, 54(5), 512–528.