

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, S. I. (2020). *Pembelajaran Bola Voli*. Palembang: Bening Media Publishing.
- Elinopita, T. (2021). Apakah Latihan Resistance Band Dapat Meningkatkan Kekuatan Lengan Siswa Ektrakurikuler Bola Voli SMP Kristen Aletheia Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 9.
- Faiz Faozi, H. S. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Keterampilan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Di SMA Islam Al-Fardiyatussa'adah Citepus Palabuhanratu. *Physycal Activity Journal*, 52-60.
- Herlina, J. (2017). Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan Passing Bawah Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 200-205.
- Herman, H. (2019). Kontribusi Kondisi Fisik Terhadap Kemampuan Passing Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Man 2 Kota Makassar. *Journal of Physical Education and Sport*, 34-48.
- Irawan, D. K. (2022). Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Modifikasi Terhadap Keterampilan Passing Bawah. *Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 148-156.
- Jannah, S. (2011). Pengaruh Latihan Overhead Tricep Extension Resistance Band dan Latihan Overhead Tricep Extension Dumbell Terhadap Power Lengan. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 1-7.

- Mahyuddin, R. (2022). Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Terhadap Hasil Passing Bawah Bola Voli Ekstrakurikuler. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 159.
- Muslimin, P. H. (2022). Pengaruh Metode Latihan Variasi terhadap Ketrampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 59 Palembang. *Journal On Teacher Education*, 628-639.
- Purwadinata, F. (2020). Pengaruh Latihan Punch Resistance Band Dan Punch Dumbell Terhadap Peningkatan Daya Ledak Otot Lengan. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1-5.
- Ramadhan, Z. F. (2023). Pengaruh Latihan Resistance Band Dan Latihan Beban (Barbel 1Kg) Terhadap Power Otot Lengan Pada Atlet. *Jurnal of Education*, 1-16.
- Rohmah, M. Q. (2018). Pengaruh Latihan Chest Press Resistance Band Dan Push Up Terhadap Kekuatan Otot Lengan Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1-16.
- Satria, M. H. (2019). PENGARUH LATIHAN KEKUATAN JARI-JARI TANGAN TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN PASSING ATAS DALAM PERMAINAN BOLA VOLI. *Journal Sport Area*, 230-239.
- Utomo, A. W. (2019). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Berbeban Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Lengan Pemain Bolavoli (Eksperimen pada Pemain Pra-PORPROV Magetan). *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian LPPM Universitas PGRI Madiun*, 242-248.

Winarno. (2013). *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang:
Penerbit Unviversitas Negeri Malang (UM Press).