

## DAFTAR PUSTAKA

- Abarca, R. M. (2021). Pengaruh latihan naik turun tangga dan latihan push up terhadap kecepatan renang 50 meter data data. *Nuevos sistemas de comunicacion e informacion*.
- Asri, N. N., & Rachman, S. (2019). Pengaruh Latihan Pull-up Terhadap Peningkatan Kemampuan Renang Gaya Dada pada Pemula di Pusat Pelatihan Renang "X". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*
- Afifi, S. N. (2015). Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Klub Djarum Kudus dan Faktor Yang Mempengaruhi (Studi Eksposfacto Pada Atlet Tunggal Putri Usia 17-21 Tahun 2014). *Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas*.
- Aguss, R. M. and Yuliandra, R. (2021). The effect of hypnotherapy and mental toughness on concentration when competing for futsal athletes. *Medikora*.
- Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Kendal, Lova: Lova: Hunt Publishing Company.
- Crowley, E., Harrison, A. J. and Lyons, M. (2017). The Impact of Resistance Training on Swimming Performance: A Systematic Review', Sports Medicin. *Springer International Publishing*.
- Hidayat, A. (2021). *Menyusun Instrumen Penelitian & Uji Validitas Reliabilitas*. Jakarta: Health Books Publishing.
- Hidayat, A. A., & Ramdhani, M. A. (2018). Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Peningkatan Kemampuan Renang Gaya Dada pada Atlet Renang Club Harapan Indah. *Jurnal Ilmiah Olahraga*
- Indrawati. (2019). Survei Keterlaksanaan Kurikulum 2013 Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMP dan MTs Negeri SeKecamatan Lakarsantri Surabaya . *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 357-364.
- Irawan. (2019). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Akurasi Passing. *Jurnal Patriot* .
- Ismayanti. (2016). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan.

- Khairuddin. (2020). Olahraga Dalam Pandangan Agama Islam. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 56.
- Manullang, J. G. (2021). Renang 1 Sejarah Teknik Dasar Renang Dan Peraturan Perlombaan. *Jurnal Universitas PGRI Palembang*.
- Marzuki, I. and Mursadat, A. (2018). Analisis Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Berdasarkan Karakter Siswa SMA 6 Mataram. *Jurnal Ilmiah IKIP Mataram*, 4-8.
- Mustaqim, E. (2018). Pengaruh Latihan Push Up Dan Pull Up Terhadap Hasil Flying Shoot Dalam Permainan Bola Tangan Pada Mahasiswa Komunitas Bola Tangan Unisma Bekasi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*.
- Nasution dan Sembiring. (2022). Pengaruh variasi latihan resistance band terhadap kekuatan otot lengan pada atlet renang putra usia 12-13 tahun sailfish swimming club medan tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Pratiwi, I. (2015). Sekolah Renang Di Kota Semarang Dengan Penekanan Design Sustainable Architecture Isna. *Journal of Architecture*, 1-9.
- Ramdhan. (2021). *Metode Penelitian*. Jakarta: Cipta Media Nusantara.
- Rodríguez González, L. (2022). Study of strength training on swimming performance. A systematic review. *Science and Sports*.
- Romadhon. (2017). Pengaruh latihan menggunakan resistance band terhadap power tungkai atlet taekwondo UNY. *Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Saputra, S. A. (2020). Menjaga Imunitas dan Kesehatan Tubuh melalui Olahraga yang Efektif. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara II*, 33-42.
- Sembiring, J., & Nasution, M., F. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Resistance Band Terhadap Kekuatan Otot Lengan Pada Atlet Renang Putra Usia 12-13 Tahun Sailfish Swimming Club Medan Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Keolahragaan* Vol. 21 (1), Januari – Juli 2022: 65 - 73
- Slamet. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen*. Sleman: CV Budi Utama.
- Soelistyo. (2012). *Kebutuhan dasar Manusia (Oksigenasi)*. Tangerang: Graha Ilmu.

- Subagyo. (2018). Belajar Berenang Bagi Pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.
- Suhartono. (2021). Pengaruh Manajemen Kepala Sekolah dan Kinerja Guru terhadap Minat Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Ilmu Pendidikan*, 1985–1997.
- Suchomel, T. J. (2018). The Importance of Muscular Strength: Training Considerations. *Springer International Publishing*.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- sugiyono. (2020). *metodelogi penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. bandung: alfabet.
- Sutrisnohadi. (2000). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi.
- Syahda, I. A., Damayanti, I. and Imanudin, I. (2016). Journal of accounting & amp; finance. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 24-28.
- Syarifoeddin, E. W. (2013). Pengaruh Pelatihan Pliometrik Linear Hardle Hop For Speed Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai dan Kemampuan Tendangan Atlet Tarung Derajat. *Journal Kependidikan*, 121-131.
- Thomas, David G. (2007). *Renang Tingkat Mahir*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Wibowo. (2016). Tingkat Pemahaman Guru Pendidikan Jasmani Tentang Penilaian Autentik di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan sentolo Kabupaten Kulon Progo. *In Journal of Chemical Information and Modeling* .
- Zulvikar. (2016). Pengaruh latihan core stability statis (plank dan side plank) dan core stability dinamis (side lying hip abduction dan oblique crunch) terhadap keseimbangan. *Journal of Physical Education, Health and Sport* 3.

