

DAFTAR PUSTAKA

- Anggiansyah, J. 2019. Pengaruh Metode Latihan Massed Practice, Distributed Practice Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Usia 14 Tahun SSB Gama Yogyakarta Tahun 2018. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ardyanto, S. 2018. Peningkatan Teknik Servis Pendek Pada Bulutangkis Melalui Media Audio Visual. *Jurnal Ilmiah PENJAS*. 4(3). Available from: <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/723/520520575> [Accessed 11 November 2023].
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. 15th ed. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Asnaldi, A. 2016. Hubungan Pendekatan Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal Menssana*. 1(2). Available from: <https://doi.org/10.24036/jm.v1i2.51> [Accessed 11 November 2023].
- Bafirman & Wahyuri, AS. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: Rajagrafindo Persada.
- Bompa, TO & Haff, GG. 2009. *Periodization Theory and Methodology of Training*. 5th ed. S.M. Bahrke, A.S. Ewing, C. Zych, E. Watson, & C.A. Gentis, Eds. United States of America: Human Kinetics.
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Chan, F. 2012. Strength Training (Latihan Kekuatan). *Jurnal Cerdas Sifa*. 1(1). Available from: <https://doi.org/10.22437/csp.v1i1.703> [Accessed 8 February 2024].
- Chiesa, IN. 2022. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Antara Massed Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Servis Panjang Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Putra Usia 10-13 Tahun PB Kirun Jaya Solo. Universitas Pembangunan Surakarta.
- Efendi, MF. 2020. Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Ketepatan Servis Forehand Tinggi Dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstra Kurikuler di SMKN 3 Kota Sukabumi. *Jurnal Movement and Education*. 1(1). Available from: <https://doi.org/10.37150/mae.v1i1.1213> [Accessed 3 February 2024].
- Gondhowiardjo, OA. 2019. *Pedoman Strategi Langkah Aksi Peningkatan Aktivitas Fisik*. 1st ed. Jakarta: Komite Penanggulangan Kanker Nasional.
- Grice, T. 2008. *Bulutangkis: Petunjuk Praktik untuk Pemula dan lanjut*. Depok: PT Raja Grafindo Persada.
- Griwijoyo, S & Sidik, DZ. 2012. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga)*. 1st ed. A. Kamsyach, Ed. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Griwijoyo, S, Ray, HRD & Sidik, DZ. 2020. *Kesehatan Olahraga dan Kinerja*. 1st ed. N. Syamsiyah, Ed. Jakarta: Sinar Grafika Offset.
- Haerun, M. 2020. Survei Tingkat Keterampilan Servis Pendek Dalam Permainan Bulutangkis Pada Mahasiswa BMKF Bulutangkis FIK UNM. *Universitas*

- Negeri Malang*. Available from: <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/17001> [Accessed 5 February 2024].
- Handayani, W. 2018. Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Ketepatan Hasil Service Forehand Dalam Permainan Bulutangkis Pada Peserta Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 2 Kayuagung. *Jurnal Ilmu Kependidikan*. 16(2). doi.org/https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v16i2.2052.
- Hardwis, S, Williyanto, S & Kunci, K. 2023. Pengembangan Instrumen Tes Keterampilan Backhand Servis untuk Atlet Bulu Tangkis Usia Dini. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*. 8(1):16–27. Available from: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jscpe><https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jscpe>.
- Hasanudin, MI, Syafruddin, MA & Sutriawan, A. 2023. Tingkat Keterampilan Smash Pada Atlet Bulutangkis. *Jurnal Stamina*. 6. Available from: <http://stamina.ppj.unp.ac.id>.
- Hermawan, R. 2020. *Fisiologi Olahraga*. Edisi Revisi ed. W. Kahiwikarta, Ed. Lampung: AURA: Anugrah Utama Raharja.
- Imansyah, Y. 2017. Ingatan (Memory) Dalam Proses Pembelajaran Gerak (Aplikasi dalam Olahraga Futsal). *FPIPSKR Universitas PGRI Semarang*. Available from: http://prosiding.upgris.ac.id/index.php/SEM_INDO2/sem_indo2017/paper/view/1543/1498 [Accessed 8 December 2023].
- Irianto, DP. 2018. *Dasar-Dasar Latihan Olahraga Untuk Menjadi Atlet Juara*. 1st ed. Yogyakarta: Pohon Cahaya.
- Karaseran, F, Podung, BJ & Sunkudon, D. 2021. Pengaruh Penerapan Metode Latihan Terhadap Hasil Belajar Servis Pendek Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Putra SMA N 1 Kawangkoan. *Physical Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*. 2(2):106–115. Available from: <https://ejournal.unima.ac.id/index.php/physical>.
- Karyono, TH. 2020. *Mengenal Olahraga Bulutangkis*. 1st ed. E.S. Kriswanto, Ed. Yogyakarta: Thema Publishing.
- Komari, A. 2018. *Tujuh Sasaran Semes Bulutangkis*. Yogyakarta: UNY Press.
- Lutan, R. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti.
- Mangun, FA, Budiningsih, M & Sugianto, A. 2017. Model Latihan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis untuk Atlet Ganda. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 8(2):78–89. doi.org/10.21009/gjik.082.01.
- Marwan, MR, Fauzi, MS & Hamdiana, N. 2022. Analisis Keterampilan Servis Pendek Dan Servis Panjang Bulutngkis Pada Atlet PB. Hoolywood Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*. 3(1). Available from: <https://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/b>.
- Mustofa, F, Mansur, M & Burhaein, E. 2019. Differences in the Effect of Learning Methods Massed Practice Throwing and Distributed Practice on Learning Outcomes Skills for the Accuracy of Top Softball. *Journal of Sport Science Researches*. 4(2):213–222. doi.org/10.25307/jssr.571793.

- Nugroho, A. 2015. Pengembangan Tes Keterampilan Servis Pendek Bulutangkis Untuk Atlet Kelompok Anak-Anak, Pemula, Remaja, Dan Taruna. *Journal Student UNY*. Available from: <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/pko/article/viewFile/3501/3176> [Accessed 11 November 2023].
- Nugroho, S. 2020. *Mengenal Olahraga Bulutangkis: Tahapan Menuju Kemajuan*. 1st ed. T.H. Karyono, Ed. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nuh, M & Azizah, AN. 2014. *Kegiatan Ekstrakurikuler pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*. Jakrta: Kementrian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Nuryadi, Astuti, TD, Utami, ES & Budiantara, M. 2017. *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. 1st ed. Yogyakarta: Sibuku Media. Available from: www.sibuku.com.
- Palar, CM, Wongkar Djon & Ticoalu, S. 2015. Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. 3(1). doi.org/https://doi.org/10.35790/ebm.v3i1.7127.
- Prabowo, RD, Purnama, SK & Nuryadin, I. 2023. Evaluasi Pelaksanaan Prinsip Latihan pada PB All Star Karanganyar Tahun 2019. *Jurnal Penlita Ilmu Keolahragaan*. 3(2). doi.org/https://doi.org/10.59605/apnrwt62.
- Rismawan, RF. 2022. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Antara Distributed Practice dan Massed Practice Terhadap Ketepatan Servis Panjang Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet PB Tangkis Sukoharjo. Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
- Salsabilah, AS, Afifah, NPN, Herdiansyah, RFP & Mulyana, A. 2023. Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 7(3). doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.12049.
- Sayefudin. 2023. Pengaruh Metode Latihan Massed Practice dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Backhand Short Service Dan Forehand Short Service Dalam Permainan Bulutangkis Peserta Sekolah Bulutangkis Victory Yogyakarta.
- Sepfudin, L. 2016. Sumbangan Tinggi Badan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Pendek Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Putri Di SMA Negeri Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Student UNY*. Available from: <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/pjkr/article/view/5988> [Accessed 3 February 2024].
- Setiawan, I, Ahmad & Ulpi, W. 2023. Pengaruh Metode Drill Terhadap Ketepatan Smash Pemain Bulutangkis. *Journal of S.P.O.R.T*. 2. Available from: <https://doi.org/10.37058/sport> [Accessed 6 November 2023].
- Sugiyanto. 1996. *Belajar Gerak I*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyono. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Sutopo, Ed. Yogyakarta: Alfabeta.
- Suharno. 1993. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

- Suhendro, A. 2007. *Ilmu Kepeatihan Dasar*. Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.
- Sutanto, T. 2020. *Buku Pintar Olahraga*. Mona, Ed. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Triansyah, Y. 2020. Pengaruh Metode Latihan Target Sasaran Tetap Dan Berubah Serta Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan Servis Panjang Dalam Bulu Tangkis. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wafil, A & Hidayat, T. 2014. Perbandingan Metode Massed Practice dan Distributed Practice Terhadap Hasil Belajar Sepak Sila. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 02(02):436–443. Available from: <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>.
- Wiarso, G. 2015. *Panduan Berolahraga Untuk Kesehatan Dan Kebugaran*. 1st ed. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Yuliawan, D. 2017. *Bulutangkis Dasar*. 1st ed. Yogyakarta: Deepublish.
- Zakiyah, QY & Munawaroh, IS. 2018. Manajemen Ekstrakurikuler Madrasah. *Jurnal Islamic Education Manajemen*. 3(1):41–51. Available from: <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/isema>.

