

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga Paling Lengkap*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi.
- Aksan, H. (2016). *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bompa, T. (1994). *Theory and methodology of training: The Key to Athletic Performance*. Iowa: Kendall/Hunt Pub. Company.
- Fathoni, A., & Rachman, H. A. (2020). Effect of Sprint Training Exercise, Shuttle Run and Prevention on Base Softball Running Speed Among High School Students. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*, 60(1).
- Grice, T. (2016). *Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjut*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hamid, A., & Aminuddin, M. (2019). Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Agility Pada Pemain Bulutangkis PBSI Tanah Laut Usia 12-15. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1).
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hassan, I. H. I. (2017). The Effect of Core Stability Training on Dynamic Balance and Smash Stroke Performance in Badminton Players. *International Journal of Sports Science and Physical Education*, 2(3), 44–52.
- Johansyah Lubis. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kardani, G., & Rustiawan, H. (2020). Perbandingan Hasil Latihan Lari Shuttle Run Dengan Latihan Shadow Terhadap Kelincahan Footwork Pada Cabang Olahraga Bulutangkis. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 105–111.
- Kurniawan, F. (2012). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Kusumawati, M. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjasorkes (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung: Alfabeta.
- Marjana, W., Sudiana, I. K., Budiawan, M., & Ked, S. (2014). Pengaruh Pelatihan Shuttle Run Terhadap Kecepatan dan Kelincahan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 2(1).

- Mirfan, F. F., Syahara, S., Donie, D., & Yendrizar, Y. (2020). Shuttle Run dan Zig Zag Run Berkontribusi terhadap Kemampuan Footwork Atlet Bulutangkis. *Jurnal Patriot*, 2(4), 928–939.
- Muthiarani, A. (2017). *Pengaruh Latihan Shadow Menggunakan Langkah Berurutan dan Langkah Bersilangan Terhadap Kelincahan Footwork Atlet Bulutangkis PB*. Wiratama Jaya Yogyakarta.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung, Alfabeta.
- Poole, J. (2013). *Belajar Bulutangkis*. Bandung: CV Pionir Jaya.
- Purnama, S. K. (2010). *Kepeleatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Rifai, A., Bustomi, D., & Hambali, S. (2020). Perbandingan Latihan Footwork dan Shadow Terhadap Kelincahan Atlet TIM Bulutangkis PB. Setia Putra. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(1), 25–31.
- Saksana, P. Y. (2015b). Pengaruh Latihan Shuttle Run dengan Metode Set Meningkatkan Repetisi Tetap dan Set Tetap Repetisi Meningkatkan Terhadap Peningkatan Kelincahan Gerak Shadow 6 Titik Dalam Bulutangkis Atlet Usia 11-13 Tahun di PB. Jogjaraya Yogyakarta. *Pendidikan Kepeleatihan Olahraga-S1*, 1(1).
- Santoso, K. A. E., Rahim, A. F., Multazam, A., & Rahmanto, S. (2020). Perbedaan Pengaruh Latihan Ladder Drill dan Shutle Run Terhadap Kecepatan Pemain Unggul FC Malang. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 2(2), 90–95.
- Saputra, T. W. (2020). Pengaruh Latihan Shadow Terhadap Peningkatan Kelincahan Atlet Bulutangkis PB. Lima Puluh Kota. *Jurnal Stamina*, 3(10), 733–743.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tanzila, G. N. (2019). *Pengaruh Latihan Shadow Drill 8 Sudut Terhadap Kelincahan Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SLB C Asih Budi II Jakarta Timur*.
- Utomo, A. A. B. (2018). Peranan Tes dan Pengukuran Olahraga Sebagai Sport Industry dalam Bidang Jasa Evaluasi Kondisi Fisik Atlet. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Keolahragaan UNIPMA*, 1(1), 51–59.
- Wiarso, G. (2021). *Dasar - Dasar Kepeleatihan Olahraga*. Lampung: Guepedia.