

## DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, N. (2022). Efektivitas Pelayanan Saat Pandemi Covid-19 di Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Lima Puluh Kota. *PUBLICNESS: Journal of Public Administration Studies*, 1(1), 36–43. <https://doi.org/10.24036/publicness.v1i1.5>
- Arridh1, I. Q., Padli, Arwandi, J., & Yenes, R. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Renang Gaya Dada. *Jurnal Patriot*, 3(March), 71–81. <https://doi.org/10.24036/patriot.v>
- Azzahra, P., Mardesia, P., & Purnomo, E. (n.d.). Analisis Teknik Gerak Renang Gaya Kupu-kupu *Technical Analysis of Butterfly Stroke swimming Technique. 2019*, 493–503.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2022). Periodization of Strength Training for Sports. In *Periodization of Strength Training for Sports*. <https://doi.org/10.5040/9781718225428>
- Chi, Y., Hong, Y., Zhao, Y., Li, Y., & Yin, J. (2022). Snapping for high-speed and high-efficient butterfly stroke-like soft swimmer. *Science Advances*, 8(46), 1–15. <https://doi.org/10.1126/sciadv.add3788>
- Darmawan, A., & Destiasari, C. (2019). Pengembangan Model Latihan Renang Gaya Dolphin Untuk Pemula. *Prosiding Seminar Nasional ...*, 15–18. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/semnassenalog/article/view/578%0Ahttps://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/semnassenalog/article/download/578/366>
- Dian, W., Arwandi, J., Mardesia, P., & Denay, N. (2024). Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Kupu-Kupu. *Iv(I)*, 1–13.
- Farizal Imansyah, & Akbar Tanjung. (2020). Analisis Kecepatan Renang Gaya Bebas Pada Atlet Sekolah Olahraga Negeri Sriwijaya (Sons). *Penjaskesrek Journal*, 7(1), 188–203. <https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v7i1.1017>
- Fendi Setyawan, Agam Akhmad Syaokani, Nurhidayat, N., & Bimo Alexander. (2024). Pengaruh Kecepatan, Kekuatan, Kelincahan, Dan Kelentukan Terhadap Performa Renang Gaya Bebas 50 Meter. *Indonesian Journal of Sport Science and Technology (IJST)*, 3(1), 225–232. <https://doi.org/10.31316/ijst.v3i1.6015>
- Gould, S. E. (2019). *Swimming in Australia : A Cultural Study Declaration of originality*. 1–357.
- Gourgoulis, V., Aggeloussis, N., Vezos, N., Kasimatis, P., Antoniou, P., & Mavromatis, G. (2008). Estimation of hand forces and propelling efficiency during front crawl swimming with hand paddles. *Journal of Biomechanics*, 41

- 1, 208–215. <https://doi.org/10.1016/j.jbiomech.2007.06.032>
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif*.
- Hasmarita, S., & Nursyamsi, M. Y. (2023). Alat Bantu Hand Paddle Untuk Meningkatkan Keterampilan Renang Gaya Bebas (Pada Usia 10-12 Tahun). *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 4(2), 367–376. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v4i2.99>
- Hukubun, M. D., & Tomaso, Y. (2022). *Development of Swimming Learning Aid Design toward Acceleration of Learning Swimming Techniques*. 6(2), 307–315.
- Ibrahim. (2023). *Renang: Kajian Keterampilan Dasar dan Peraturan Renang*. Media Publikasi Kita.
- Ilham, A. K. (2020). *Dasar-dasar Olahraga Renang* (P. S. M. Indonesia, A. IKAPI, Alamat, J. : Jalan H. Ibrahim Lorong Budaya No. 09 RT. 21 Kelurahan Rawasari, Kecamatan Alam Barajo, Telepon/Hp, : (0741) 306 2851, Surel, : Salimmediaindonesia@gmail.com, Website, : Www.salimmedia.com, & O. 2020 (eds.)).
- Indonesia, A. (2024). *Munasus 2024 Sahkan Perubahan Nama Menjadi Federasi Akuatik Indonesia*. <https://akuatikindonesia.id/berita/munasus-2024-sahkan-perubahan-nama-menjadi-federasi-akuatik-indonesia>
- Iwan sudjarwo, Ari Priana, A. R. (2017). *Pengaruh Alat Bantu Paddle Terhadap Kekuatan Otot Lengan Dan Kecepatan 50 Meter Renang Gaya Kupu-Kupu*. 3(1), 209–213.
- Kusumawati, M. (2017). *Penelitian Pendidikan*.
- Marzuki, I. (2024). ... Latihan One Arm Drill Menggunakan Alat Bantu Fins Dan Paddle Terhadap Kecepatan Renang Gaya 50 Meter Gaya Bebas Di Klub Wira .... *Jurnal Ilmiah Mandalika Education (MADU)*, 2(1). <https://permatamandalika.com/index.php/madu/article/view/107>
- Matsuura, Y., Matsunaga, N., Akuzawa, H., Kojima, T., Oshikawa, T., Iizuka, S., Okuno, K., & Kaneoka, K. (2022). Difference in muscle synergies of the butterfly technique with and without swimmer's shoulder. *Scientific Reports*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-18624-8>
- Palembang, U. P., Rahmani, W. D., Arwandi, J., Mardesia, P., & Denay, N. (2024). *Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Kupu-Kupu*. 1v(1), 1–13.
- Pradana, R. (2023). *Pengaruh Metode Latihan Dengan Menggunakan Pull Buoy Dan Alat Paddle Terhadap Kecepatan Renang Gaya Bebas 25 Meter*. 167–186.
- Puspita, M. D. (2017). Perbedaan Pengaruh Latihan One Arm Drill Tidak Menggunakan Fins Dan Paddle Dengan Menggunakan Fins Dan Paddle Terhadap Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Kupu-Kupu Ku Iv & V Di Klub

- Dash Yogyakarta. *Jurnal Sains Dan Seni Its*, 6, 51--66.
- Rama Kurniawan. (2018). Model Alat Bantu Latihan (Hand Paddle) Untuk Perenang Usia Dini Ika. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 12–19. <https://doi.org/10.21009/JPUD.122.12>
- Robert S. Weinberg, D. G. (2018). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Human Kinetics.
- Sagita, U., Yenes, R., Mardesia, P., & Sari, D. (2025). Analisis Teknik Gerak Renang Gaya Kupu-Kupu Pada Atlet Lanjutan Sea-Ria Aquatic Padang *Analysis of Butterfly Style Swimming Techniques in Sea-Ria Aquatic Padang Advanced Athletes . 1*, 471–482.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. (C. ALFABETA, J. G. H. N. 84 B. Email:, Alfabetabdgyahoo.co.id, W. : www. cvalfabeta. co. T. : 022-2008822 Faks, & : 022-2020373 (eds.)).
- Swim, S. S. O. (2023). *Step by Step Single Arm Butterfly Progression Drills*. <https://www.sgsinkorswim.com/post/step-by-step-single-arm-butterfly-progression-drills>
- Tsunokawa, T., Mankyu, H., Takagi, H., & Ogita, F. (2019). The effect of using paddles on hand propulsive forces and Froude efficiency in arm-stroke-only front-crawl swimming at various velocities. *Human Movement Science*, 64, 378–388. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2019.03.007>
- Utamayasa, I. G. D. (2020). Efek Latihan Multiple Box Jump Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 1–8.
- Valent, M. K., Astuty, L. T., & Martiani, M. (2025). The Effect Of Training Using Hand Paddle Aids On 15 Metre Freestyle Swimming Speed In Swimmers At Spc Swimming Club. *Social Sciences Journal*, 1(3), 91–98. <https://doi.org/10.70963/soc.v1i3.217>
- Wicaksana, A., & Rachman, T. (2018). Renang. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- wijayanto, adi. (n.d.). *Model Pembelajaran Renang Gaya Kupu-Kupu*.
- Yohanes, B., & Marsudi, I. (n.d.). *Pengaruh Latihan Menggunakan Hand Paddle Terhadap Kecepatan Berenang 50 Meter Gaya kupu-kupu Atlet Suryanaga*.
- Yohanes, B., & Marsudi, I. (2021). Pengaruh Latihan Menggunakan Hand Paddle Terhadap Kecepatan Berenang 50 Meter Gaya kupu-kupu Atlet Suryanaga. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(2), 82–86.
- Yunus, F. (2019). Analisis Keperluan Latihan. *Malaysian Journal of Social Administration*, 1–9.