

## DAFTAR PUSTAKA

- A, P., & Munar, H. (2020). Kemampuan Vo2max Atlet Sepakbola Ditinjau dari Latihan Tabata. *Journal Coaching Education Sports, Vol.1, No.1, Mei 2020, 27-36.*
- Azhar, M. L. (2019). Pengaruh Latihan Interval Training Menggunakan Lintasan Menanjak Terhadap Peningkatan VO2 Max & Power Otot Tungkai Atlet Bulu Tangkis Putra Usia 13-16 Tahun Klub MDP Yogyakarta. *skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Darmawan, Y. (2020). Pengaruh Interval Training 400m dan Tabata Training Terhadap Peningkatan VO2Max Mahasiswa Aktif. *Jurnal Prestasi Olahraga, Vol 3, No 2 (2020), Universitas Negeri Surabaya.*
- Daya, W. J., & A, P. (2019). PENGARUH LATIHAN TABATA TERHADAP KEMAMPUAN VO2MAX. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Volume 18 No 2 Tahun 2019, 70-75.*
- Doewes, R. I. (2018). PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN AEROBIC INTERVAL TRAINING DAN. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga SMART SPORT, Volume 12 Nomor 1 Februari 2018, 58-63.*
- Hardiansyah, S. (2017). PENGARUH METODE INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN KESEGERAN JASMANI MAHASISWA. *Jurnal PENJAKORA, Volume 4 Nomor 1, Edisi September 2017, 83-92.*
- Hasibuan, R., & Damanik, R. Z. (2018). PENGARUH LATIHAN INTERVAL RUNNING DENGAN CONTINUOUS RUNNING TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN DAN VO2 MAX PADA ATLET BASEBALL BINAAN USBC UNIVERSITAS NEGERI MEDAN 2018. *Sains Olahraga, Volume 2, Nomor 2, Oktober 2018, 82-92.*
- Herlan, & Komarudin. (2020). Pengaruh Metode Latihan High-Intensity Interval Training (Tabata) terhadap Peningkatan Vo2Max Pelari Jarak Jauh. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga, Volume, 12. No, 1. Maret 2020, 11-17.*

- Kharisma, Y., & Mubarak, M. (2020). Pengaruh Latihan Interval Dengan Latihan Fartlek Terhadap Peningkatan VO2Max Pemain Bola Voli. *Biomatika, Vol. 6 No. 2 Tahun 2020*, 125-131.
- Kusuma, I. D. (2019). Perbedaan tingkat vo2max awal memiliki dampak yang berbeda terhadap hasil latihan Tabata. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, Volume 5 Nomor 2 Tahun 2019*, 327-341.
- Mardius, A. (2021). VO2MAX DAN KELINCAHAN SEBAGAI PREDIKTOR LITERASI FISIK DALAM KETERLIBATANNYA PADA KETERRAMPILAN JURUS TUNGGAL. *Jurnal Muara Olahraga, Vol. 3 No. 2 (2021)*, 120-128.
- Prasetyo, A., Putri, W. S., & Cahyani, O. D. (2021). PENGARUH LATIHAN INTERVAL TERHADAP. *CITIUS, Vol. 1 No. 1 2021*, 5-8.
- Rosdiana, F., & Imanudin, I. (2020). Tabata Training: Meningkatkan Kemampuan Kapasitas Aerobik Atlet Futsal Putri. *Jurnal Kepelatihan Olahraga, Volume, 12. No. 2. September 2020*, 62-66.
- Sabransyah, M., Asmutiar, & Pahliwandari, R. (2020). Pengaruh Interval Training Terhadap VO2 Max Atlet Bola Basket IKIP PGRI Pontianak. *JURNAL MASTER PENJAS & OLAHRAGA, Vol. 1 No. 1 (2020)*, 73-80.
- Samodra, Y. T., & Mashud. (2021). Analisis kemampuan VO2max cabang olahraga beladiri. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan, Volume 10, No. 1, Mei 2021*, 78-88.
- Sepriadi, Arsil, & Mulia, A. D. (2018). PENGARUH INTERVAL TRAINING TERHADAP KEMAMPUAN DAYA TAHAN AEROBIK PEMAIN FUTSAL. *JURNAL PENJAKORA, Volume 5 No 2, Edisi September 2018*, 121-127.
- Suhdy, M. (2018). PENGARUH METODE LATIHAN INTERVAL INTENSIF DAN INTERVAL EKSTENSIF TERHADAP PENINGKATAN VO2 MAX. *Gelanggang Olahraga, Volume 1, Nomor 2, Januari-Juni 2018*, 1-10.
- Wijaya, M. A. (2018). PENGARUH LATIHAN TABATA TERHADAP PENINGKATAN VO2 MAX PADA ACADEMY ABYASA U-16

KAB. NGANJUK. *Jurnal Prestasi Olahraga, Vol 1 No 1 (2018)* ,  
Universitas Negeri Surabaya.