

## DAFTAR PUSTAKA

- Alchonty Harika Fitri dan Zuhar Ricky (2021), *The Effect of Endurance Training on Vo2max Futsal Athletes MAN 1 Dharmasraya*. Indonesia : Program Studi Penjaskesrek FKIP Universeitas Dharmas, Indonesia.
- Amstrong, N. (2011). *Endurance Training and Elite Young Athletes*. *Endurance Training and Elite Young Athletes. Medicine and Sport Science*, 56(November 2014), 59-83.
- Astuti, R. D. (2019), Survei Daya Tahan *Vo2 Max* pada Atlet Karate Lemkari Sulawesi Selatan. Universitas Negeri Makassar.
- Badaru, B., & Sufitriyno, S. (2021). Analisis *Vo2 Max* Tim Futsal Sma Negeri 22 Makassar. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 64.
- Bausad, A. A., & Musrifin, A. Y. (2020). Pengaruh Latihan *Circuit Training* Terhadap Peningkatan *Vo2 Max* Atlet Futsal Putra UNDIKMA. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosia dan Pendidikan)*, 4(4), 4(4).
- Buchheit, M., Laursen, P.B. 2013. *High-Intensity Interval Training, Solutions to the Programming Puzzle Part II: Anaerobic Energy, Neuromuscular oad and Pratical Applications*. Switzerland: Springer International Publishing.
- Fajar Agni Fauzan, Agus Rusdiana, Y. R. (2016). Pengembangan *Software Bleep Tes* Tim Untuk Mengukur *Vo2 Max*. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 01(01), 1-5.
- Hendra Rustiawan (2020), Pengaruh Latihan *Interval Training* Dengan *Running Circuit* Terhadap Peningkatan *Vo2 Max*. Ciamis : Universitas Galuh, Jl. R. E. Martadinata No. 150, Ciamis, Indonesia.
- Irianto, S. (2016). Metode Melatih Fisik Atlet Sepakbola. Yogyakarta : FIK UNY.

- Ismaryati. (2006). Tes dan Pengukuran Olahraga. Sukarta : Sebelas Maret University Press.
- Ismaryati. (2008). Tes dan Pengukuran Olahraga. Surakarta : Sebelas Maret University Press.
- Jori Lahinda (2020), Pengaru Latihan Peningkatan Daya Tahan Jantung Paru Paru Pada UKM Tinju. Papua : Universitas Musamus.
- Kumar, P. P. S. P. (2013). *The Effect of Circuit Training on Cardiovascular Endurance of High School Boys. Global Journal of Human Social Science Arts, Humanities & Psychology*, 13(7), 1-6.
- Kusumawati. (2015). Penelitian Pendidikan PENJASORKES. Bandung : Alfabeta.
- Leandra Edina Usmany (2020), Latihan *High Intensity Interval Training Rasio Work-To- Rest 2:1* Sama Baiknya Dengan 1:1 Dalam Meningkatkan Daya Tahan *Kardiorespirasi* Pada Pelaris Komunitas. Denpasar : Program Studi Magister Fisiologi Keolahragaan Universitas Udayana, Denpasar.
- Lulu Hikmah Fitriyani (2018), Pengaruh Olahraga Pagi Terhadap Kesehatan Anak Taman Kanak-Kanak. Cimahi : Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Siliwangi, Jalan Terusan Jenderal Sudirman.
- Maksum, Ali (2012). Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya : Unesa University Press.
- Moh. Iftahul Komarodin (2018), Hubungan Aspek Kecepatan Dalam Olahraga Permainan Futsal. Bangkalan : STKIP PGRI Bangkalan.
- Muhajir (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta : PT Gelora Aksara Pratama.
- Munir Fathoni. (2011), Pengaruh Latihan Sirkuit terhadap Peningkatan Daya Tahan *Anaerobik* Atlet Bola Voli Pervas Yogyakarta Usia 15 – 16 Than. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Nurhasan (2007). Modul Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Bandung : Jurusan Pendidikan Kepeleatihan

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Pendidikan Indonesia.

- Rahmad, H. A. (2016). Pengaruh Penerapan Daya Tahan *Kardivaskuler (Vo2 Max)* Dalam Permainan Sepakbola Ps Bina Utama, 1(2), 1-10.
- Risa Hadi (2019), Pengaruh Metode Latihan Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Teknik Dasar Futsal. Cirebon : Universitas Muhammadiyah Cirebon.
- Rizki Nauli Saputra (2019), Pengaruh Metode Latihan Terpusat Dan Metode Latihan Acak Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Futsal. Bengkulu : Universitas Bengkulu.
- Sharkley, B. (2011). *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Soekidjo, N. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Sxribbans, T. D., Vecsey, S., Hankinson, P. B., Foster, W. S., & Gurd, B. J. (2016). *The Effect of Training Intensity on Vo2 Max in Young Healthy Adults : A Meta-Regression and Meta-Analysis*. *International Journal of Exercise Science*, 9(2), 20-247.