

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arisman. (2019). Pengaruh Latihan Square Terhadap Daya Tahan Aerobic Atlet Sriwijaya Archery Club. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 45-53.
- Aryananda Wijaya Kusuma, I. M. (2019). Perbedaan Tingkat  $VO_{2max}$  Awal Memiliki Dampak yang Berbeda Terhadap Hasil Latihan Tabata. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(2), 327-341.
- Bafirman HB, & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Busyairi, B., & Daniel Ray, H. R. (2018). Perbandingan Metode Interval Training dan Continuous Run Terhadap Peningkatan  $Vo_{2max}$ . *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 76-81.
- Charlim. (2010). *Mengenal Lebih Jauh Tentang Sepak Bola*. Jakarta: Multi Kreasi Satudelapan.
- Danurwindo, Putra, G., Sidik, B., & Prahara, J. L. (2017). *Kurikulum Pembinaan Sepakbola Indonesia*. Jakarta: Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia.
- Ilissaputra, D. A., & Suharjana, S. (2016). Pengaruh Metode Latihan dan  $Vo_{2max}$  Terhadap Dasar Sepakbola. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 164-174.
- Indrayana, B., & Yuliawan, E. (2019). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan  $VO_{2max}$  Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna FC Kecamatan Rantau Rasau. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education*, 3(1), 41-50.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Juhanis, Sudirman, & Hasmyati. (2021). Pengaruh Metode Latihan Melalui Pendekatan Holistik Terhadap Peningkatan Kemampuan Aerobik Pemain Sepakbola FIK UNM. *Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, 5(1), 27-35.
- Koger, R. L. (2005). *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Amerika: Library of Congress Cataloging-in Publication Data.

- Lubis, J. (2018). *Pembinaan Kebugaran Jasmani dan Pemulihan*. Depok: PT RajaGrafindo Persada.
- Matitaputty, J. (2019). Pengaruh Latihan Kecepatan Terhadap Kecepatan Menggiring Bola Pemain Futsal Junior FC Patriot Penjaskesrek Unpatti Ambon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 5(2), 101-113.
- Maulidian, G. (2019). Pengaruh Latihan Pendekatan Taktik Terhadap Keterampilan Dribbling Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMP Islam Al-Azhar 7 Kota Sukabumi Tahun Ajaran 2019. *Jurnal Movement and Education*, 1(1), 23-34.
- Mielke, D. (2007). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pakar Raya.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Ghalia Indonesia Printing.
- Nesra Barus, J. B. (2020). Tingkat Daya Tahan Aerobik ( $VO_{2max}$ ) Siswa Ekstrakurikuler Gulat di SMA Negeri 1 Barusjahe Kabupaten Karo. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 108-116.
- Nirwandi. (2017). Tinjauan Tingkat  $VO_{2max}$  Pemain Sepakbola Sekolah Sepakbola Bima Junior Kota Bukittinggi. *Jurnal PENJAKORA*, 4(2), 18-27.
- Nurhasan, & Cholil, H. (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sainal. (2018). *Buku Ajar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Sepdanius, E., Rifki, M. S., & Komaini, A. (2019). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Sriwahyuniati, C. F. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sriwahyuniati, F. (2017). *Belajar Motorik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sumarsono, A. (2017). Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drill dan Agility Leader Terhadap Koordinasi kaki Anggota UKM Futsal Universitas Musamus Merauke. *Altius*, 6(1), 1-8.
- Suparno, & Suwandi. (2002). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wati, S., Sugihartono, T., & Sugiyanto. (2018). Pengaruh Latihan Terpusat dan Latihan Acak Terhadap Hasil Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket. *Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 36-43.
- Watulingas, I., Rampengan, J., & Polii, H. (2013). Pengaruh Latihan Fisik Aerobik Terhadap  $Vo_{2max}$  Pada Mahasiswa Pria Dengan Berat Badan Lebih (Overweight). *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, 1(2), 1064-1068.

- Wibowo, Y. A., & Andriyani, F. D. (2014). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Widiastuti. (2019). *Mengenal Permainan Olahraga Bola Besar*. Ponorogo: Myria Publisher.
- Wijaya, M. A., & Syafi'i, I. (2018). Pengaruh Latihan Tabata Terhadap Peningkatan *Vo2max* Pada Academy Abyasa u-16 Kab.Nganjuk. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1-7.
- Wijaya, M. A., & Syafi'i, I. (t.thn.). Pengaruh Latihan Tabata Terhadap Peningkatan *Vo2max* Pada Academy Abyasa U-16 Kab. Nganjuk. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1-7.
- Wulandari, A. (2014). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39-43.
- Yudha Hari Warsono, O. D., Widodo, S., & Kumaidah, E. (2017). Perbandingan Nilai *Vo2max* dan Denyut Nadi Latihan Pada Pemain Futsal dengan Pemain Sepakbola. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), 1001-1008.

