

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., Akbar, A. K., Nur, S., Riswanto, A. H., & Dahlan, F. (2020). Pengaruh Interval Training Terhadap Peningkatan Vo2Max Renang Gaya Kupu-Kupu Pada Atlet Renang Kota Palopo. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(1), 37. <https://doi.org/10.32529/glasser.v4i1.417>
- Ariansyah, A., Insanisty, B., & Sugiyanto. (2017). Hubungan Keseimbangan Dan Power Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Tendangan Dollyo Chagi Pada Atlet UMKM Universitas Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(2), 2.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Ashfahani, Z. (2020). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Tim Futsal Universitas PGRI Semarang. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 5(2), 63–67. <https://doi.org/10.15294/jscpe.v5i2.36823>
- Astuti, D. (2017). Model Pembelajaran Think Pair Share (TPS) Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Mata Pelajaran IPS Kelas I. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 2(3), 328. <https://doi.org/10.28926/briliant.v2i3.71>
- Baihaqi, M., Wardani, S., Kom, S., Kom, M., Wibawa,), & Si, S. (2017). Tutorial Latihan Seni Beladiri Taekwondo Tingkat Dasar Berbasis Multimedia. *SEMINAR NASIONAL Dinamika Informatika 2017 Universitas PGRI Yogyakarta*, 174–178.
- Busyairi, B., & Ray, H. R. D. (2018). Perbandingan Metode Interval Training dan Continuous Run terhadap Peningkatan Vo2max. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3(1), 76. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v3i1.10128>
- Candrawati, S., Sulistyoningrum, E., Ap, B., & Pranasari, N. (2016). Senam Aerobik Meningkatkan Daya Tahan Jantung Paru dan Fleksibilitas. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 29(1), 69–73. <https://jkb.ub.ac.id/index.php/jkb/article/view/1002>
- Deka Ismi Mori Saputra. (2022). *Pengaruh Latihan Fartlek Dan Interval Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Futsal*. 7(2), 386–394.
- Hardiansyah, S. (2017). Pengaruh Metode Interval Training Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga. *Jurnal PENJAKORA*, 4(September), 83–92. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/viewFile/13369/8401>
- Heriyati, H. (2017). Pengaruh Minat dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 7(1), 22–32. <https://doi.org/10.30998/formatif.v7i1.1383>

- Herta, K. I. (2016). Pengaruh Fartlek Dan Jogging Terhadap Peningkatan Vo2Max Tim Sepakbola Sman 1 Kotagajah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FKIP UNILA*, 1–11.
- I Gusti Putu Ngurah Adi Santika. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester Ii Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Ikip PGRI Bali Tahun 2014. *Teaching and Teacher Education*, 12(1), 1–17. <http://dx.doi.org/10.1080/01443410.2015.1044943><http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.581><https://publications.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/2547ebf4-bd21-46e8-88e9-f53c1b3b927f/language-en><http://europa.eu/><http://www.leg.st>
- Ilmiyanto, F., & Budiwanto, S. (2017). Perbedaan Pengaruh antara Metode Latihan Fartlek dan Metode Latihan Continuous Tempo Running Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskuler Peserta Latihan Lari Jarak Jauh. *Indonesia Performance Journal*, 1(2), 91–97. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko>
- Indrayana, B. (2012). Perbedaan Pengaruh Latihan Interval Training dan Fartlek terhadap Daya Tahan Kardiovaskular pada Atlet Junior Putra Taekwondo Wild Club Medan 2006/2007. *Jurnal Cerdas Syifa*, 1(1), 1–10. <https://online-journal.unja.ac.id/index.php/csp/article/view/699>
- Junadhi, J. (2019). Sistem Layanan Informasi Laporan Prestasi Mahasiswa STMIK Amik Riau. *INOVTEK Polbeng - Seri Informatika*, 4(1), 111. <https://doi.org/10.35314/isi.v4i1.711>
- Juniar, D. T., & Iskandar, T. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Dan Motor Ability Rendah Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu. 2(1).
- Komaini, A., & Sukma, F. F. (2019). Pengembangan Instrumen Tendangan Dollyo Chagi berbasis Sensor. *Jurnal MensSana*, 4(2), 186. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i2.114>
- Larasati, D. P., Lesmana, R., Pratiwi, Y. S., & Lubis, V. M. T. (2021). Profil Daya Tahan Otot, Kekuatan Otot, Daya Ledak Otot, Dan Kelentukan Pada Atlet Senam Ritmik Kota Bandung Menurut Standar Koni Pusat. *Jurnal Ilmu Faal Olahraga Indonesia*, 1(1), 32. <https://doi.org/10.51671/jifo.v1i1.75>
- Malasari, C. A. (2019). Pengaruh Latihan Shuttle-Run dan Zig-Zag Run terhadap Kelincahan Atlet Taekwondo. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(1), 81–88. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.828>
- Muradi, K., & Sugiarto, S. (2021). Pengaruh Susu Kedelai Dan Latihan Fisik Terprogram Terhadap Daya Tahan Otot. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 27. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5449>
- Nisa, K., & Jannah, M. (2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 36–45.

- Novem, P. L., Laksono, B., & Kumaidah, E. (2017). Perbandingan Daya Tahan Otot Ekstremitas Atas Atlet Usia Remaja Cabang Olahraga Taekwondo Nomor Poomsae Dan Kyorugi. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 1082–1089.
- Nurajab, E. (2022). Analisis Faktor-Faktor Motivasi Atlet Dalam Meraih Prestasi di Kompetisi Liga 3 *Analysis Of Athlete ' Motivational Factors in Achieving Achievements in League 3 Competition*. 4(1), 45–54.
- Paramita, Y., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2021). Motivasi berprestasi pada atlet judo di surabaya: Bagaimana peranan self-efficacy? *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 32–41. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/5303>
- Puspitasari, N. (2019). Faktor Kondisi Fisik Terhadap Resiko Cedera Olahraga Pada Permainan Sepakbola. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 3(1), 54–71. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v3i1.34>
- Retnowati, D. R., Fatchan, A., & Astina, K. (2016). Prestasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Mahasiswa S1 Pendidikan. *Jurnal Pendidikan*, 1, 521–525.
- Rustiawan, H. (2020). Pengaruh Latihan Interval Training Dengan Running Circuit Terhadap Peningkatan Vo2Max. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(1), 15. <https://doi.org/10.25157/wa.v7i1.3108>
- Said, H. (2012). Peran Interval Sprint, Akselerasi Sprint, Hollow Sprint Terhadap Peningkatan Kecepatan Siswa Sekolah Sepakbola Gorontalo. *Inovasi*, 9(1), 1–8.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*. Alfabeta.
- Sukma, A. M. F. (2022). Pengaruh Latihan Circuit Training terhadap Daya Tahan Aerobik Pemain Sepak Bola SSB Perkasa Usia 12-15 Trenggalek. *Ojs.Mahadewa.Ac.Id*, 8(1), 109–118. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/1638>
- Suparno, Agnesia Hartini, A. S. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan Kelas Vii C. *Jurnal PEKAN*, 7(1), 63–77.
- Syafi'i, A., Marfiyanto, T., & Rodiyah, S. K. (2018). Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa Dalam Berbagai Aspek Dan Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2(2), 115. <https://doi.org/10.32585/jkp.v2i2.114>
- Wahyuni, S., & Donie. (2020). Vo2max, Daya Ledak Otot Tungkai, Kelincahan Dan Kelentukan Untuk Kebutuhan Kondisi Fisik Atlet Taekwondo. *Kondisi Fisik*, 2, 1–13.
- Yonata Ade. (2016). Pengaruh Komorbid terhadap Terjadinya Bakteriemia MDR Gram Negatif pada Pasien Rawat Inap. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 1, 211–214.

