

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, Yoga Wiratna. (2016). Pengaruh Latihan Continuous Running Terhadap Peningkatan Vo2 Max Pada Pemain Sepak Bola Usia 15-17 Tahun di Akademi Salatiga Training Center. Salatiga, Jawa Tengah.
- Amirul Hadi, Siallagan, A. (2016). Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Continuous Running Dengan *Interval* Running Dan Kolesterol Terhadap Vo2 Max Atlet Sepakbola Pplp Provinsi Aceh.
- Aneira, M. (2019). *Effects Of Complex Training On Strength and Conditioning*, Jawa Barat.
- Anggriawan, N. (2015). Peran Fisiologi Olahraga Dalam Menunjang Prestasi
- Anuar, R., Imani, D. R., & Norlinta, S. N. O. (2021). Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Kebugaran Lansia Dalam Masa Pandemi Covid-19 : *Narrative Review. Fisio Mu: Physiotherapy Evidences*.
- Arifuddin, E., J 120 151 101 Kesehatan, F. I., & Surakarta, U. M. (2016). Pengaruh Latihan Continuous Running Terhadap Tingkat Kebugaran (Aerobik) Pada Siswa Sepakbola Usia 15-18 Tahun Di Akademi Training Centre Kota Salatiga.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2019). Peridization: Theory and Methodology of Training. In *Journal of Chemical Information and Modeling: Vol. 6 ed* (Issue 6).
- Busyairi, B., & Ray, H. R. D. (2018). Perbandingan Metode *Interval* Training dan Continuous Run terhadap Peningkatan Vo2max. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*.
- Faruk, M. (2021). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang Agung Septian Nosa. *Angewandte Chemie International Edition*.
- Febi, Y., & Rifki, M. S. (2020). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Volume Oksigen Maksimal (Vo2max) Pemain Sekolah Sepak Bola (SSB). *Jurnal Stamina*.
- Festiawan, R., Suharjana, S., Priyambada, G., & Febrianta, Y. (2020). *High Intensity Interval Training* dan *Fartlek Training*: Pengaruhnya terhadap Tingkat VO2 Max. *Jurnal Keolahragaan*.
- Fitrianto, E. J. (2018). Profil Hasil Tes Pengukuran VO2MAX Metode Laboratorium Dan *Multi Stage Fitness Test/Bleep Test*. UNJ, 1 November, Jakarta.

- Hardiansyah, S. (2017). Pengaruh Metode *Interval Training* Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga. *Jurnal Penjakora*.
- Harun, H., & Kushartanti, W. (2018). Efek Akut Latihan Ergocycle Pada Tekanan Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Anggota Persadia Rs Jogja. *Jurnal Sains Keolahragaan Dan Kesehatan*.
- Lee, J., & Zhang, X. (2021). Is there really a proportional relationship between *VO2max* and body weight? A review article. *PLoS ONE*.
- Mahyuddin, R., Muslim, & Sudirman, A. (2021). *Pengaruh Latihan Workout Pliometric Terhadap Peningkatan Kapasitas VO2MAX* Mahasiswa FIK UNM.
- Millah, H., & Priana, A. (2020). Pengembangan Penghitungan Kapasitas Volume Oksigen Maksimal (*Vo2max*) Menggunakan Tes Lari 2,4 KM Berbasis Aplikasi Android. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*.
- Nosa, A. S., & Faruk, M. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Nuarti, N., Huldani, & Asnawati. (2019). Perbandingan Kapasitas Oksigen Maksimal Antara Laki-Laki Dan Perempuan Pada Calon Jemaah Haji. *Homeostasis*.
- Pamungkas, Y. B., Hadi, H., Nasuka, N., & Wahadi, W. (2022). Korelasi Multistage Fitness Test Dan Harvard Test Terhadap *Vo2Max* Usia 20-23 Atlet Futsal Venus Fc Tahun 2021. *Unnes Journal of Sport Sciences*.
- Pranata, D. Y. (2017). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Tingkat *Vo 2 Max* Pemain Sepak Bola Stkip Bbg. *Jurnal Penjaskesrek*.
- Putri, T. J. (2017). Penilaian Hasil Uji Latih Jantung Beban dengan Duke Treadmill Score pada Pasien Diduga Penyakit Jantung Koroner. In *Arkavi (Arsip Kardiovaskular Indonesia)* (Vol. 2, Issue 1, pp. 97–104).

- Rohmah, N. M., & Hamdani. (2022). Survei Kebugaran Jasmani Menggunakan Tingkat *Vo2Max* Pada Peserta Ekstrakurikuler Pencak Silat Smkn 1 Kediri Pasca Pandemi. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*.
- Rusmanto, Lardika, R. A., & Gazali, N. (2020). Sepakbola: Kapasitas Vital Paru dan Tingkat Kebugaran Jasmani. *Journal Sport Area*.
- Saichudin, & Munawar, S. A. R. (2019). *Buku Ajar Bola Basket*.
- Sami, N., Lee, K.,. (2018). Latihan Aerobik dan Resistensi Meningkatkan Kebugaran Fisik, Kesehatan Tulang, dan Kualitas Hidup pada Penderita Kanker Payudara yang Kelebihan Berat Badan dan Obesitas.
- Sari, J.A., Astuti, R., and Prasetio, D. . (2020). Kapasitas Vital Paru pada Pekerja Tambal Ban Pinggir Jalan. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*.
- Sri & Rismayanthi, C. (2016). Profil Tingkat Volume Oksigen Maksimal (*Vo2 Max*) Dankadar Hemoglobin (Hb) Pada Atletyongmoodo Akmil Magelang. *Jurnal Olahraga Prestasi*.
- Sudiana, I. K. (2013). *Impact of Environmental Adaptation on Physiological Change* (Dampak Adaptasi Lingkungan terhadap Perubahan Fisiologis). Seminar Nasional FMIPA UNDIKSH.
- Sudibyoy, A., & Mohammad Faruk, S.Pd, M. K. (n.d.). Survey Tingkat *VO2MAX* Anggota Tim Ekstrakurikuler Futsal Putri SMA Di Kota Mojokerto.
- Tangkua, M. A. (2017). Pengaruh Penggunaan Strategy Massed Practice Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Hasil Belajar Shooting Bola Basket Peserta Didik Sma Kelas Xi. *Jendela Olahraga*.
- Triyulianti, S., Permata, A., & Utami, R. D. (2023). *The Effect of Moderate Intensity Continuous Training on V02 Max Overweight Adolescents*. 15(1), 148–155.
- Vivian H. Heyward. (2016). Aerobic Capacity, Physical Fitness and *VO2* Maxium Measurement. *Advance Fitness Assessment & Exercise Prescription*, 805, 2–5. <https://www.biopac.com/wp-content/uploads/app252.pdf>
- Yunitaningrum, W. (2015). Kemampuan Volume Oksigen Maksimal (*VO2MAX*)Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Cabang Olahraga Sepak Takraw Kalimantan Barat 2014. . *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*.