

DAFTAR PUSTAKA

- Alifia, A. N., Hasanah, K. P. N., Saipul, L. J., Dewi, S. M., & Supriyadi, T. (2024). Menuju Kepolisian Yang Ideal: Peran Unit Kerja Dalam Membentuk Karakter Polisi Yang Profesional. *MISTER: Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research*, 1(3b), 843–851.
- Amiruddin, & Masyitah. (2023). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. USK Press.
- Aprianty, H., Rudyanto, G., Dani, R., Purnawan, H., & Yanto, H. N. (2023). Peran Ditsamapta dalam Meningkatkan Pelayanan Publik untuk Mewujudkan Polisi Republik Indonesia yang Presisi. *Jurnal Publisitas*, 9(2), 133–143. <https://doi.org/10.37858/publisitas.v9i2.321>
- Aritonang, T. S., & Siregar, S. (2025). Pengaruh Latihan Kebugaran Jasmani Terhadap Daya Tahan Jantung Siswa SMA N 1 Percut Sei Tuan Dengan Metode Eksperimen. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 2(5), 7805–7813. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn>
- Arjuna, F. (2020). Pengaruh Latihan Sirkuit Dengan Interval Effect of Circuit Training With Fixed and Decreased Resting Interval on Body Composition. *Medikora*, 19(1), 8–16.
- Atwi, Z., & Firdaus, K. (2020). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Bengkulu Selatan. *Jurnal JPDO*, 3(1), 24–29.
- Ayu Putri Kalmira, N., Basuki, N., & Kusumaningtyas, M. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Mahasiswa Fisioterapi Poltekkes Surakarta. *Jurnal Nasional Fisioterapi*, 1(1), 33–42. <https://doi.org/10.64974/jnf.v1i1.9>
- Budi, F. (2023). *Pedoman Pelaksanaan Tes Kesamaptaan Jasmani*.
- Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi & Analisis Data dengan SPSS*. Deepublish.
- Dwi, K., Novita, E., Arjuna, F., Antoni, S., Pambudi, D. K., Mulyawan, R., Nurhadi, F. I., Yuniana, R., Riyandi, R., Ridwan, A., & Teofa, B. (2021). *KEBUGARAN JASMANI* (Vol. 32, Issue 3).
- Faisal, Markus, & Ichlas. (2023). Sultra Law Review. *Jurnal Sultra Law Review*, 5(2), 2716–2730.
- Fika, R., Trisna, M., Setiawan, B., Yonrizon, Agusfina, M., & Arifka, M. (2025). Edukasi dan Pemeriksaan IMT (Indeks Masa Tubuh) pada Pondok Pesantren Madinatul Munawarah Kota Bukittinggi. *Komunitas: Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(3), 1–15.
- Firdaus, R. P., Syirojudin, H. M., Dharmawan, M. R., & Setiawan, M. A. (2025). Analisis Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kebugaran Jasmani Mahasiswa Di Era Gaya Hidup Sedentari. *Jurnal Menssana*, 5 No.2(2), 146–156.
- Ghodang, H. (2020). *Path Analysis (Analisis Jalur)*. Penerbit Mitra Grup.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25 (Edisi 9)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hasibuan, M. U. Z., & A, P. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh

- (IMT) di Suta Club. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 10(2), 19–24.
- Ihsan, A., Nawir, N., & Fauzan, M. (2024). PENGARUH AKTIVITAS FISIK INDEKS MASSA TUBUH DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS XI DI SMK-SMTI. *SPORTIVE : Journal of Physical Education , Sport and Recreation*, 8(1), 75–84.
- Karnavian, T. (2016, September). Tito Karnavian: Polda Metro barometer seluruh Polda di tanah air. *BanjarmasinPost.Co.Id*.
- Kojongian, P. J. C., Baali, Y., & Haryono, A. (2025). Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Personel Polri dalam Penanganan Layanan Publik di Polresta Manado. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 4(3), 7225–7231. <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i3.3065>
- Komala, R., & Febriani, W. (2025). VO₂max sebagai Prediktor Kebugaran Kardiorespirasi: Studi Literatur VO₂max as a Predictor of Cardiorespiratory Fitness: A Literature Review. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 9(1), 67–73.
- Leon, F. M., Suryaputri, R. V., & Purnamaningrum, T. K. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif Manajemen, Keuangan, dan Akuntansi*. Salemba Empat.
- Malkawi, A. M., Kremers, S. P. J., & Meertens, R. M. (2025). Motivation for physical activity in the Jordanian military: Possible determinants of physical activity in male and female recruits. *Military Psychology*, 37(4), 293–304. <https://doi.org/10.1080/08995605.2024.2356499>
- Manungkalit, M., Prathita, Y. A., Isran, Khasanah, F., Usman, S., Liana, N., Fitriani, William, Mamudi, C. O., Ariefiansyah, Nurman, M., Budiawan, H., & Lilyana, M. T. A. (2026). *Sistem Kardiorespirasi*. CV Eureka Media Aksara.
- Matondang, Z., & Nasution, H. F. (2021). *Praktik Analisis Data: Pengolahan Ekonometrika dengan Eviews dan SPSS*. CV. Merdeka Kreasi Group.
- Maxwell, J., & Alie, I. R. (2026). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Aktivitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Karyawan Di Universitas Islam Bandung. *Bandung Conference Series: Medical Science*. <https://doi.org/https://doi.org/10.29313/bcsms.v6i1.23174>
- Muifilit, H. F., Jariono, G., & Wartadhi, A. N. (2025). Indeks Massa Tubuh (Imt) Ideal , Kebugaran Optimal. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(3), 252–265.
- Nugraha, B. (2022). *Pengembangan Uji Statistik: Implementasi Metode Regresi Linier Berganda dengan Pertimbangan Uji Asumsi Klasik*. Pradina Pustaka.
- Paravlic, A. H., Simunic, B., Pisot, R., Rauter, S., Stuhec, S., & Vodigar, J. (2022). The reliability, validity and usefulness of the 30–15 intermittent fitness test for cardiorespiratory fitness assessment in military personnel. *Scientific Reports*, 12(1), 1–8. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-20315-3>
- Pihlainen, K., Santtila, M., Nindl, B. C., Raitanen, J., Ojanen, T., Vaara, J. P., Helén, J., Nykänen, T., & Kyröläinen, H. (2023). Changes in physical performance, body composition and physical training during military operations: systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 13(1), 1–16. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-48712-2>
- Prabowo, A., Raibowo, S., eko nopiyanto, Y., & restu illahi, B. (2022). Pengaruh

- Hemoglobin dan Motivasi terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMK 5 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 212–222.
- Presdianto, N., & Mahardika, M. (2025). JPO: Jurnal Prestasi Olahraga SURABAYA. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(1), 20–24.
- Primasoni, N. (2022). Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan fleksibilitas otot hamstring atlet sepak bola junior Daerah Istimewa Yogyakarta. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 18(2), 66–72. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres>
- Purbangkara, T., Kurniawan, F., & Mahtumi, I. (2022). *Buku Bahan Ajar Ilmu Faal Olahraga Dan Praktikum*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Putra Suharnadi, Neviyarni S, & Herman Nirwana. (2024). The Role and Function of Learning Motivation in Improving Student Academic Achievement. *Manajia: Journal of Education and Management*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.58355/manajia.v2i1.25>
- Ryan dan Deci. (2020). “Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik dari Perspektif Teori Penentuan Nasib Sendiri: Definisi, Teori, Praktik, dan Arah Masa Depan.” *Contemporary Educational Psychology*, 61.
- Saputra, M., Arsil, Okilanda, A., Ahmed, M., Mortejo, A. L., & Tulyakul, S. (2024). Differences in the Effect of aerobic sports and exercisemotivation on students’ physical fitness; [Diferencias en el efecto de los deportes aeróbicos y la motivación para hacer ejercicio en la aptitud física de los estudiantes]. *Retos*, 53, 374 – 380. <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-85188331412&doi=10.47197%2Fretos.v53.102478&partnerID=40&md5=0066eb80f99656ff06c1a31420dfe8e6>
- Setyawan, F. B. (2023). *Pedoman Pelaksanaan Tes Kesamaptaan Jasmani*. UAD Press.
- Siregar, L. Y. S. (2020). MOTIVASI SEBAGAI PENGUBAHAN PERILAKU. *Forum Paedagogik*, 11(2), 81–97.
- Sudayasa, I. P., Yuniar, N., Andani, M. R. R., Rusmali, R., Maulana, H. D., Asriati, A., Shoufiah, R., Tania, E., Fransiska, M., Mahirawatie, I. C., Yuana, W. T., Anggraeni, S., & Saing, F. M. (2025). *Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. CV Eureka Media Aksara.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta. In *Bandung: Alfabeta*.
- Susanto, R. (2025). *ILMU FAAL OLAHRAGA*. <https://penerbitrisetsadewa.com/>
- Sutriawan, A., & Syafruddin, M. A. (2025). Analisis Daya Tahan Kardiovaskuler VO2MAX Atlet BKMF Basket FIKK UNM Agus. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5, 2356–2365.
- Tegar, L., & Darmawan, T. (2024). Perbandingan Tingkat Kemampuan Fisik Daya Tahan (Vo2MAX) Siswa SSB U-15 di Dataran Tinggi Dengan Dataran Rendah Kabupaten Purbalingga. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5(1), 1–8.
- Utami, D., & Ayu, G. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi IMT pada remaja usia 15-18 tahun. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 3, 207–215.
- Utomo, S. (2022). HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI, MOTIVASI

- BELAJAR, KECERDASAN INTELEKTUAL DAN KEBIASAAN BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI SE-DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA HALAMAN. In *Basic and Applied Ecology* (Vol. 64). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wardani, R. (2023). *Statistika dan Analisis Data*. Deeppublish.
- Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, 6(1), 43–52.
- Yulian, A., Pradipta, A. W., & Mu'arifuddin, M. A. (2024). *Analisa Motivasi Olahraga Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X SMAN 1 Rejotangan Menggunakan Sistem Latihan Berpendamping Aplikasi Home workout Berbasis Android*. 52–60.
- Yuniarto, B. (2016). Kedudukan dan fungsi polisi dalam sistem politik. In *KEDUDUKAN DAN FUNGSI POLISI DALAM SISTEM POLITIK*.
- Yustanto, M. T. (2023). TINGKAT KESAMAPTAAN JASMANI CALON SISWA BINTARA POLRI POLDA DIY TAHUN 2022 [UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA]. In *TINGKAT KESAMAPTAAN JASMANI CALON SISWA BINTARA POLRI POLDA DIY TAHUN 2022* (Vol. 53, Issue 1).
<http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf>
[tps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180](https://hdl.handle.net/20.500.12380/245180)
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003>
<https://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Zierle-ghosh, A., & Jan, A. (2023). *Physiology , Body Mass Index*.