

## DAFTAR PUSTAKA

- Atradinal, A. (2018). Pengaruh Model Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Aerobik Atlet Sekolah Sepakbola Psts Tabing. *Sporta Saintika*, 3(1), 432. <https://doi.org/10.24036/sporta.v3i1.63>
- Badriah, D. L. (2013). *Fisiologi Olahraga*. Multazam.
- Berutu, N. K. (2018). SEMINAR NASIONAL Seminar Nasional Pendidikan Olahraga. *Prosiding, Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Medan, September*, 442–447.
- Endang, S. (2018). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. PT. Rajagrafindo.
- Fajar, R. N. U. R. (2021). *Pengaruh Latihan Dengan Alat Bantu Resistance Band Terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Pada Cabang Olahraga Pencak Silat (Eksperimen dilakukan di Perguruan Pencak Silat Haur Kuning)*. Universitas Siliwangi.
- Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020a). Pengaruh Latihan Fartlek dan Cross Country Terhadap Vo2max Atlet Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 1–9. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v1i01.3059>
- Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020b). Pengaruh Latihan Fartlek dan Cross Country Terhadap Vo2Max Atlet Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 1–9.
- Hafidz Misbahuddin, W. (2020). Studi Kemampuan Teknik Dasar Sepakbola Pemain SSB Unibraw 82 Kota Malang Kelompok Usia 15-16 Tahun. *Journal of Sport Science and Health*, 2(4), 215–223. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11649>
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga*. Rosda Karya.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. Rosda Karya.

- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Rosda Karya.
- Husnul, D., & Nida, K. (2021). Hubungan Denyut Nadi Dengan Daya Tahan Kardiovaskular Ditinjau Dari Indeks Massa Tubuh. *Jurnal Sport Science*, *11*(1), 1. <https://doi.org/10.17977/um057v11i1p1-6>
- 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>
- Irianto. (2004). *Panduan Latihan Kebugaran*. Lukman Offset.
- Kamaruddin, I. (2020). Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, *3*(2), 117. <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i2.17012>
- Kurnia, M., & Kushartanti, B. M. W. (2013). Pengaruh Latihan Fartlek Dengan Treadmill Dan Lari Di Lapangan Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi. *Jurnal Keolahragaan*, *1*(1), 72–83. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2347>
- Kusnadi, N. & H. (2014). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. PJKR FKIP UNSIL.
- Kusnadi, N. & H. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Lanjutan*. PJKR FKIP UNSIL.
- Narlan, A. (2018). *Hand Out Statistika*. Universitas Siliwangi.
- Oliveira, R. S., Leicht, A. S., Bishop, D., Barbero-Álvarez, J. C., & Nakamura, F. Y. (2013). Seasonal changes in physical performance and heart rate variability in high level futsal players. *International Journal of Sports Medicine*, *34*(5), 424–430. <https://doi.org/10.1055/s-0032-1323720>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Method)*. CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. CV Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Lubuk

Agung.

Sukma, R., Hidasari, F. P., & Haetami, M. (2017). Pengaruh Latihan Fartlek Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Peserta Ekstrakurikuler Karate Smk Negeri 4 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan ...*, 1–9.  
<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/38493%0Ahttps://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/38493/75676584653>

Widiastuti. (2015). *Tes Pengukuran Olahraga*. PT. Rajagrafindo.

Wiguna, I. bagus. (2017). *Latihan Kondisi Fisik*. PT. Rajagrafindo Persada.