

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, R. 2016. *Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Putra Kelas Ii Di Smp Negeri 3 Jati Agung Lampung Selatan Tahun Ajaran 2016/2017*. Skripsi, Universitas Lampung
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bina Aksara.
- Badriah, D.L. 2011. *Fisiologi Olahraga*. Edisi Kedua. Bandung: Multazam.
- Bafirman & Asep Sujana. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Damsur et al. 2019. *Pengaruh Latihan Interval Training Terhadap Daya Tahan Kardiorespiratori Pada Klub Renang SMPN 27 Pekanbaru*. Pekanbaru.
- Ferdi Hudiyatna. 2020. *Tingkat Daya Tahan Kardiovaskuler Atlet Bulutangkis PB. Putra Solo Bagan Batu Kabupaten Rokan Hilir*. Pekanbaru.
- Harsono. 2018. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Rosdakarya
- Irianto, Djoko Pekik. (2004). *Bugar dan Sehat Dengan Olahraga*. Yogyakarta: Andi Offset
- Irianto, Djoko Pekik. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: ANDI.
- Kuswardini, A. (2011). *Penyusunan norma kemampuan fisik atlet pencak silat usia 14-17 Se-Diy*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY
- M. Rozi. 2019. *Pengaruh Latihan Interval Training Terhadap Daya Tahan Atlet Lari 3000 Meter Klub Junior Atletik Pasi Riau*. Volume 6 Edisi 2
- Mubarok, H., Rahayu, S. & Hidayah, T. 2015. *Analisis Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Pemain Futsal Anker*. *Journal of Sport Sciences Fitness*. 4(3) : 48– 52
- Narlan Abdul, Nurhasan. 2017. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Universitas Siliwangi.
- Norani, Mega. dkk. (2015). Efektivita Kinerja Pegawai Pada Kantor Kementerian Agama Kota Makassar. *Jurnal Office*. 1(1). DOI: <https://doi.org/10.26858/jo.v1i1.1460>

- Nurhasan dan Abdul Narlan. 2001. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL
- Nurhasan dan Cholil Hasanudin. 2014. *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung : Red point
- Pambudi, Akta Setyo. 2016. *Tingkat Daya Tahan Kardiovaskuler Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 2 Wonosobo Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta
- Sidik, Dikdik Zafar. (2010). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung. Rosdakarya.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Suhdy, Muhammad. (2018). “Pengaruh Metode Latihan Interval Intensif dan Interval *Training* Terhadap Peningkatan V02max”. *Jurnal Gelanggang Olahraga*. Volume 1, No. 2. Lubuklinggau.
- Sukadiyanto & Muluk, D. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung
- Suniar, L. (2022). *Dukungan zat-zat gizi untuk menunjang prestasi olahraga*. Jakarta: Kalamedia
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan
- Yulinar, Y., & Kurniawan, E. 2018. *Pengaruh Latihan Renang Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Klub Sepak Bola*. *Jurnal Serambi Ilmu*