

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bina Aksara.
- Badriah, Dewi Laelatul. (2002). *Fisiologi Olahraga dalam Perspektif Teoretis dan Praktik*. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Depdikbud. (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Hairy, Junusul. (1989). *Dasar – Dasar Kesehatan Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Latihan*. Bandung: Rosdakarya.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: Rosdakarya.
- Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Rosdakarya.
- Ilmiyanto, Fajar. (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*. Februari. Malang.
- Irianto, Djoko Pekik. (2004). *Bugar dan Sehat Dengan Olahraga*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Lutan, Rusli. (2002). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Departemen P & K.
- Luxbacher, Joseph A. (2011). *Sepakbola Edisi kedua*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nurhasan. (2005). *Aktivitas Kebugaran*. Bandung.
- Nurhasan dan Abdul Narlan. (2001). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Tasikmalaya: PJKR FKIP UNSIL.
- Nurhasan dan Cholil Hasanudin. (2014). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
- Sajoto, Mochammad. (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Scheneumann, Timo. (20005). *Dasar Sepakbola Modern*. Malang: Dioma.

- Sharkey, Brian J. (2003). *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sidik, Dikdik Zafar. (2010). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung. Rosdakarya.
- Sucipto. (2000). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan (untuk SMU kelas 3)*. Bandung: PT. Grafindo Media Pratama.
- 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 Ekstensif Terhadap Peningkatan Vo2 Max". *Jurnal Gelanggang Olahraga*. Volume 1, No 2, Januari - Juni 2018. Lubuklinggau.
- Sulastio, Agus. (2016). "Pengaruh Metode Latihan Interval Ekstensif Dan Intensif Terhadap Prestasi Lari 400 Meter Putra Atlet Pasi Riau". *Journal Sport Area*. Vol 1 No 2 Desember. Riau
- Sutanto, Teguh. (2016). *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syafruddin. (1999). *Dasar-Dasar kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK UNP.
- Ulum, Mohammad Fadhil. (2014). "Pengaruh Latihan Interval Pendek Terhadap Peningkatan Daya Tahan Anaerobik Pada Pemain Hoki SMA Negeri 16 Surabaya". *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Volume 02 Nomor 01 Tahun 2014. Surabaya.

