

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Fandi. 2020. "Model Latihan Smash Bulutangkis Untuk Pemula Usia 8-10 Tahun." *Jurnal Olympia* 2(1): 15–21.
- Ali, Viva Ani Viyani. 2019. "Motivasi Dan Minat Peserta Senam Aerobik Di Sanggar Senam Kabupaten Batam Tahun 2019." : 16–18. <http://lib.unnes.ac.id/37156/>.
- Asfanza, Asfanza. 2020. "Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Jebus." *Sparta* 2(1): 5–8.
- Badriah. 2009. "Fisiologi Olahraga." *Bandung: Multazam*.
- Bagaswara, Hlm, 16. 2021. "Perbandingan Pengaruh Latihan Jump To Box Dengan Depth Jump Terhadap Peningkatan Power Otot Tungkai Dan Implikasinya Terhadap Hasil Shooting Dalam Permainan Sepak Bola." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.: 2013–15.
- Chandra Yusuf. 2019. "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Antusiasme Latihan Para Pemain Futsal Di Starlight Academy Chandra Yusuf Pratama Fakultas Ilmu Olahraga , Universitas Negeri Surabaya Abstrak." : 75–81.
- Darsi, Helvi. 2018. "Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Terhadap Peningkatan V02max." *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga (JPJO)* 1(2): 42–51.
- Digital, Gedung, Library Lantai, and Universitas Negeri Medan. 2018. "Seminar Nasional Seminar Nasional Pendidikan Olahraga." *Prosiding, Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Medan* (September): 442–47.
- Dirman. 2021. "Tingkat V02max Atlet Petanque Sulsel." *Dirman, 2020. Tingkat Vo2max Atlet Petanque Sulawesi Selatan.*: 2013–15.
- DwicaHYa, Nanda and Fatkurahman Arjuna. 2017. "Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Daya." *Medikora : Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga XVI*: 111–12.
- Fadilah, Nurani. 2016. "Pelaksanaan Pembelajaran Ekstrakurikuler Seni Tari

- Tradisional Dalam Membentuk Karakter Pada Siswa Kelas Tinggi Di Sdn Tambakaji 01 Semarang.” : 235.
- Fatkhur Rahman. 2021. “Identifikasi Keterampilan Dasar Bermain Di Sekolah Sepakbola (SSB) Akabocu Panggul.”
- Giriwijoyo, SantDikdik Zafar Sidik. 2012. “Pengaruh Latihan Senam Aerobik Low Impact Dan High Impact Terhadap Penurunan Massa Lemak Tubuh (Skin Fold).” *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang* Vol.4(2).
- Guruh. 2015. “Pengaruh Interval Sprint Di Pantai Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari Yang Diberikan Kepada Anggota Klub Kaum Raya FC Kecamatan Pameungpeuk Kabupaten Garut.”
- Hafid Wafi. 2016. “Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Kemampuan Dribbling Pemain Sekolah Sepakbola (SSB) Kalasan Skripsi Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Oleh : H.”
- Hanum, Hotma Setia Panjaitan Yuspa. 2018. “Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Stad Terhadap Hasil Belajar Ilmu Gizi SMK Negeri 3 Pematang Siantar.” *Garnish (Jurnal Pendidikan Tata Boga)* 2(2).
- Hermawan, Iwan. 2019. *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif Dan Mixed Method)*. Hidayatul Quran.
- Indrayana, Boy. 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>.
- Ipang Setiawan. 2010. “Pelaksanaan Pelatihan Calon Instruktur Senam Aerobik Di Kota Semarang.” *Lembaran Ilmu Kependidikan* 39(1): 1–9.
- Irfan, I, and E Mahardhika. 2019. “Pengaruh Metode Latihan Agility V Terhadap Ketepatan Smash Pada Atlet Bulutangkis Club Mahantara Bima.” *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)* 2(1): 730–37. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=jaTI2

- _wAAAAJ&pagesize=100&citation_for_view=jaTI2_wAAAAJ:_B80troHkn4C
- Juwito, E K O et al. 2015. “Terhadap Keterampilan Servis Atas Dalam Permainan Bolavoli.”
- Kadek Sutyantara. 2014. “Intensitas Rendah Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Siswa Putra Kelas Viii Smpn 2 Nusa Penida Tahun Pelajaran 2013 / 2014 e-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha.” *e-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan (Volume I Tahun 2014)* I(1).
- Kamadi. 2021. “Latihan Treadmil Dan Fartlek Dalam Meningkatkan Hasil VO2max Pada Atlet Futsal AFK Kota Makassar.” m: 1144–53.
- Kasenda. 2014. “Perbandingan Denyut Nadi Antara Penduduk Yang Tinggal Di Dataran Tinggi Dan Dataran Rendah.” *Jurnal e-Biomedik* 2(2).
- Linda. 2017. “Jurnal Pengaruh Metode Discovery Terhadap Kemampuan Dan Energi Melalui Percobaan (Gaya Gravitasi , Karangnom Kabupaten Trenggalek Tahun The Influence Of The Discovery Method On The Ability To Describe The Relationship Between Force , Motion And Energy T.” 01(02).
- Listiarini, Dian. 2021. “Efek Konsumsi Kafein Dan , Senam , Aerobik , Terhadap Indeks , Massa Tubuh , , Persentase , Lemak , Tubuh Dan Kadar Kolesterol Darah , Pada Perempuan.” *Jurnal Keperawatan*.
- Lusiana. 2021. “Pengaruh Senam Bhineka Tunggal Ika Terhadap Denyut Nadi Istirahat.” *Journal of Sport Coaching and Physical Education* 6(1): 20–27.
- Luvy Krisdianara. 2015. “Pengaruh Variasi Latihan Heading Terhadap Keterampilan Heading Dalam Permainan Sepak Bola Pada SSB Bufal FC Kabupaten Tasikmalaya’.” 151(1): 10–17.
- Masyita wati. 2020. “Pengaruh Latihan Aerobik Terhadap Penurunan Denyut Nadi Istirahat Pada Siswi Sma 10 Padang Dengan Berat Badan Berlebih.” *Jurnal Patriot* Volume 2 Nomor 4, Tahun 2020 2: 1146–56.
- Mayya. 2019. “Tingkat Daya Tahan Aerobik.” *Repository Tugas Akhir Arsitektur Itenas*.
- Muazir. 2021. “Digital Repository Universitas Universitas Jember Jember

- Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember.”
Digital Repository Universitas Jember (September 2019): 2019–22.
- Muhammad Maxum. 2020. “Pengaruh Metode Step Test Terhadap Program Sarjana Terapan Tahun 2020 Program Sarjana Terapan.”
- Muhyi, Muhammad et al. 2018. “Metodologi Penelitian.” *Buku Metodologi Penelitian*. www.unipasby.ac.id.
- Nada. 2021. “Presepsi Masyarakat Terhadap Kegiatan Mata Kuliah Event Entertainment Dan Event Organizer Pada Kegiatan Atlas Futsal Championship Di Kota Semarang.” *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 2(1): <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes/article/view/43310>.
- Nadiro, Hurin. 2014. “Pengaruh Etos Kerja Islam Terhadap Kualitas Kerja Karyawan Melalui Kinerja: Studi Pada Kantor Badan Narkotika Nasional Kota Malang.” *Journal of Chemical Information and Modeling*: 59.
- Nana, Darna, and Herlina Elin. 2018. “Memilih Metode Penelitian Yang Tepat: Bagi Penelitian Bidang Ilmu Manajemen.” *Jurnal Ilmu Manajemen* 5(1): 288. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/ekonologi/article/view/1359>.
- narlan, abdul. 2017. “Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal.” *Jurnal Siliwangi* 3(2): 245.
- Narlan, Abdul, and Dicky Tri Juniar. 2018. *Statistika Dalam Penjas Aplikasi Praktis Dalam Penelitian Pendidikan Jasmani*. Deepublish.
- Narlan, Abdul, and Dicky Tri Juniar. 2020. *Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga (Prosedur Pelaksanaan Tes Dan Pengukuran Dalam Olahraga Pendidikan Dan Prestasi)*. Deepublish.
- Neti. 2016. “Pengaruh Senam Aerobic Terhadap Daya Tahan Peserta Didik Di Smp N 5 Pontianak.” (July): 1–23.
- Nia Lavenia. 2020. “Sport , Pedagogik , Recreation and Technology Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa.” 2(1): 5–8.
- Ninawati, Khoriyatun. 2013. “Pengaruh Senam Aerobik terhadap V02 Max Indeks

- Massa Tubuh Dan Persentase Lemak pada Ibu Rumah Tangga Dusun Karanggondang Desa Kradenan Kecamatan Srumbung Kab. Magelang.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.
- Ninzar, Khomarul. 2018. “Tingkat Daya Tahan Aerobik (VO₂ Max) Pada Anggota Tim Futsal Siba Semarang.” *Jurnal Mitra Pendidikan* 2(8): 738–49.
- Nur. 2016. ““Latihan Heading Dengan Menggunakan Metode Komando Berpengaruh Terhadap Keterampilan Heading Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP Negeri 10 Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2017/ 2018’.” (July): 1–23.
- Oky Abri. 2017. “Klub Piala Soeratin Di Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2017 Skripsi Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Oleh : Oky Abri Kurnia Rachman Ident.”
- Prativi, Gilang Okta, and Info Artikel. 2013. “Pengaruh Aktivitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani.” *Journal of Sport Sciences and Fitness* 2(3): 32–36.
- Rahmat Ramdani, hlm. 10. 2021. “Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Tali Terhadap Peningkatan Long Passing Permainan Sepak Bola.” *Rahmat Ramdani , hlm. 10*: 2013–15.
- Ramadhan Arifin. 2021. “Agility Training Model For Football.” *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Ramadhan, Herita Volume 17 No 2, Desember 2018*: 2013–15.
- Rasming, MUH. Nuraksa. 2019. “Perbandingan Aktivitas Aerobik Di Dataran Tinggi (SMP Negeri 1 Tompobulu) Dan Dataran Rendah (SMP Negeri 2 Barombong) Terhadap Daya Tahan Kardiovaskular.” (1533142004). [http://eprints.unm.ac.id/12631/2/Jurnal Muh. Nuraksa Rasming.pdf](http://eprints.unm.ac.id/12631/2/Jurnal%20Muh.%20Nuraksa%20Rasming.pdf).
- Ridlo. 2018. “Pengaruh Metode Latihan Small Sided Game Terhadap Kemampuan Passing-Stopping Permainan Sepakbola.” *Jurnal Research Physical Education* IX(2):116–21.
<http://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/motion/article/view/1591>.

- Rohana. 2019. "Penerapan Multimodel Pembelajaran Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kreatif Siswa Sma Kelas x Mia."
- Rosidah. 2013. "Perbedaan Pengaruh Latihan Senam Aerobik Low Impact Dan Mix Impact Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Putri SMK Negeri 1 Surakarta Tahun Ajaran 2012-2013."
- Rubiana, Iman, Fegie Rizkia Mulyana, and Ari Priana. 2019. "Memasyarakatkan Olahraga Dan Mengolahragakan Masyarakat Melalui Senam Umum." *Abdimas Siliwangi* 03(01): 130–37.
- Rukminingsih, Gunawan Adnan, and Mohammad Adnan Latief. 2020. 53 *Journal of Chemical Information and Modeling Metode Penelitian Pendidikan. Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas.*
- Setiadi, Heri. 2013. "Pengaruh Pendekatan Taktis Terhadap Hasil Belajar Lay Up Shoot Dalam Permainan Bolabasket (Studi Eksperimen Di Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket Smp Negeri 2 Arjawinangun)." *Universitas Pendidikan Indonesia*: 33–44.
- Situmorang, Cici Paramida. 2019. "Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Kinerja Kepala Desa Di Kecamatan Pantai Labu." <http://repository.uma.ac.id/bitstream/123456789/10960/1/158510025> - Cici Paramida Situmorang - Fulltext.pdf.
- Sobari, Fazri. 2017. "Pengaruh Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial Di Smp Negeri 1 Jonggol." : 13.
- Soraya, Novi. 2017. "Perbandingan Senam Aerobik Mix Impact Dengan Senam SKJ 2012 Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Daya Tahan Cardiorespiratory." *Journal Sport Area* 2(2): 63–75.
- Sudiadharma. 2020. "Pengaruh Latihan Pull Over Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bulutangkis." *Competitor: Jurnal Pendidikan Kepeleatihan Olahraga* 10(2): 67.
- Sugiyono. 2015. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung. Alfabeta." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.

- Suherman, Wawan S. 2019. "Kontribusi Ilmu Keolahragaan Dalam Pembangunan Olahraga Nasional." *Kontribusi Ilmu Keolahragaan Dalam Pembangunan Olahraga Nasional*: 83.
- Sukma, Rachmawati. 2017. "Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler." : 1–9.
- Syafe'i, Muhammad Mury. 2017. "Seminar Kepelatihan Pelatih Senam Aerobik Sekabupaten Karawang." *Seminar Nasional Pengabdian kepada Masyarakat 2*: 167–73.
- Wahyu Eko. 2019. "3. Juli 2018 Prosiding Semnas or Um Malang." (June).
- Widowati, Hesty dan evi R. 2020. UMSISDA press *Bahan Ajar Anatomi*.
- Wisnu Dian. 2018. "Tingkat Daya Tahan Kardiovaskuler Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga Kelas X Di Sma Negeri 1 Sewon Tahun Ajaran 2017/2018." *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*.
- Wisnu Saputra. 2014. "Survei Tingkat Kemampuan Vo2 Max Wasit Pengprov Perbasi Kalimantan Barat." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* (8 (3)).
- Yudha Febrianta. 2018. "Tingkat Kebugaran Kardiorespirasi Pemain Ukm Sepakbola Universitas Muhammadiyah Purwokerto Tahun 2017." *Jurnal Tunjuk Ajar, Volume 2, Nomor 1, 2019*: 39–49.
- Zulfikar, Muhammad. 2021. "Treadmill and Fartlek Training in Improving V02max Results on Futsal Athletes AFK Makassar City." : 78–89.