

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, S., N. (2015). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang : Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga. UNESA SEMARANG.
- Aji Prabowo, D., Widowati, R., & Badri, S. (2023). PENGARUH TERAPI AKUPUNKTUR PADA TITIK ST 36 ZUSANLI DAN SP 6 SANYINJIAO TERHADAP PENINGKATAN KADAR VO2MAX PADA ATLET KOGURIYO MANAHAN TAEKWONDO DI SURAKARTA. *Indonesian Journal of Acupuncture*, 1(1), 18–25.
- Amalia, B., & Burhan, Z. (2024). Pengaruh Latihan Tembakan Dua Angka Terhadap Ketepatan Tembakan Dalam Permainan Bola Basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*, 1(1), 40-53.
- Amri, M. F. L., & Supratman, S. (2023). Pengaruh Metode Latihan Push Up Terhadap Lemparan Tiga Poin Dalam Permainan Bola Basket di SMP Negeri 1 Telaga Biru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 20886-20891.
- Artanti, M. D., & Wulandari, P. Y. (2022). GAMBARAN SIBLING RELATIONSHIP PADA REMAJA AWAL YANG MEMILIKI SAUDARA DENGAN GANGGUAN SPEKTRUM AUTISME (GSA). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 65-72.
- Bompa, T. O. (1994). *Theory and Methodology of Training*. Toronto, Ontario Canada: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization-, theory and methodology of training*. Human kinetics.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi latihan olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Buttar, K. K., Saboo, N., & Kacker, S. (2019). A Review: Maximal Oxygen Uptake (VO2 Max) and Its Estimation Methods. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 6(6), 24–32.
- Cahya, M. S., & Pradipta, G. D. (2021). Survei minat dan motivasi klub bola basket Fast kecamatan Kaliwungu terhadap kegiatan olahraga bola basket

- pada masa pandemi Covid-19. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(2), 171-179.
- Cahyadi, P. ., Susanti, E. ., & Kurniawan, F. . (2022). Optimalisasi Keterampilan Bola Basket Siswa dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 4079–4089.
- Candra, O., Zulraflil, Z., Rahmadani, A., Renanda, A., & Ramadan, F. (2023). Interval training short duration dan long duration: Perbedaan pengaruhnya terhadap VO2max atlet bola basket. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 22(1), 28-40.
- Candra, O., Zulraflil, Z., Kamarudin, K., & Rahmadani, A. (2023). Sosialisasi Teknik Dasar Bola Basket Pada Siswa Ektrakurikuler Bola Basket SD Al Azhar 37 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(6), 1277-1284.
- Candra, O., Rahmadani, A., Wahyuni, P., Oktaviandi, A., & Khairullah, R. P. (2023). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Pada Atlet Bola Basket Sma Al Azhar Syifa Budi Pekanbaru Ii. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(11), 2225-2234.
- Delextrat, A., & Martinez, A. (2014). Small-sided game training improves aerobic capacity and technical skills in basketball players. *International journal of sports medicine*, 35(05), 385-391.
- Edwards, T., Spiteri, T., Piggott, B., Bonhotal, J., Haff, G. G., & Joyce, C. (2018). Monitoring and managing fatigue in basketball. *Sports*, 6(1), 1–14.
- Fauzan, M. A., Sarifin, S., & Setyagraha, E. (2020). *Perbandingan latihan interval dan latihan fartlek terhadap VO2max atlet bola basket fik unm* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).
- Federation internationale de basketball. (2014). Official basketball rules. Mies: FIBA.
- Fitrian, Z. A., Graha, A. S., Nasrulloh, A., & Asmara, M. (2023). The positive impact of small-sided games training on VO2 max and passing accuracy in futsal players. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(1), 233-240.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta:

CV. Tambak Kusuma.

Harsono. (2018) *Kepelatihan Olahraga*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Harsono. (2018). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).

Husain, M. U., & Tuasikal, A. R. S. (2024). PENERAPAN PERMAINAN HORSE BASKETBALL TERHADAP MINAT SISWA KELAS IX SMPN 28 SURABAYA DALAM PEMBELAJARAN BOLA BASKET. *Jayabama: Jurnal Peminat Olahraga*, 3(2), 32-40.

Indrayana, B., & Yuliawan, E. (2019). Penyuluhan Pentingnya Peningkatan Vo2Max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepakbola Fortuna Fc Kecamatan Rantau Rasau. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 3(1), 41–50.

Kareem, L., & Abdul-Mohsen, Z. Q. (2023). The effect of Tabata exercises on the development of stamina and achievement for female athletes running 100m hurdles under the age of 18 years. *Modern Sport*, 22(3), 0094-0101.

Laila, P. K. N., Rusdiana, A., & Hendrayana, Y. (2020). Pengaruh Kinematics Feedback dan Slow Motion Feedback Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Bola Basket Dihubungkan dengan Tingkat Kecerdasan. *JTIKOR (Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan)*, 5(1), 61-68.

Laursen, P. B., & Jenkins, D. G. (2002). The scientific basis for high-intensity Interval Training. *Sports medicine*, 32(1), 53-73.

Mahardika, R. H., Kartiko, D. C., & Siantoro, G. (2020). Interval and Continuous Training for Resting Pulse and Cardiovascular Enhancement of Students. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(2), 837-844.

Mäkinen, T. (2021). Effects of short and long interval training on aerobic endurance performance.

Musrifin, A. Y., & Bausad, A. A. (2020). Analisis Unsur Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Mataram Soccer Akademi Ntb. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 6(1).

- Mylsidayu, A. & Kurniawan, F. (2019). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: CV Alfabeta.
- Novianti, D., Mahardika, I. M. S., & Tuasikal, A. R. (2020). Improvement of Physical, Honesty, Discipline and Cooperation in Class IV Elementary School Students through Circuit Training Learning Model. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(1), 244-250.
- Nurmitasari, G., & Zaidah, L. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Nilai VO2Max Pada Remaja Dengan Metode Narrative Review. *Naskah Publikasi*, 1–15.
- Pranata, D. (2023). Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 2040-2052.
- Prasetyo, D. W., & Sukarmin, Y. (2017). Pengembangan model permainan untuk pembelajaran teknik dasar bola basket di SMP. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 12-23.
- Purnomo, E., Gustian, U., & Dwi, I. P. (2019). Pengaruh Program Latihan Terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bolatangan PORPROV Kubu Raya. *JSES: Journal of Sport and Science*, 2(1), 29-33.
- Rasidyanto, A. (2019). *Pengaruh metode short interval training dan long interval training untuk meningkatkan daya tahan umum pada pemain U-14 SSB Indonesia Muda Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).
- Rose, L. (2012). *Winning basketball fundamentals*. Human Kinetics.
- Rubiana, I., Indrawan, B., & Malik, A. A. (2023). Effectiveness of Using Android-Based Learning Media in Increasing Understanding and Basic Techniques of Student Basketball Games. *Halaman Olahraga Nusantara, Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(2), 678-686.
- Sidik, D. Z., Pesurnay, P. L., & Afari, L. (2019). *Pelatihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Stone, M.H., W.A. Sands, K.C. Pierce, R.U. Newton, G.G. Haff, And J. Carlock.

- (2006). Maximum strength and strength training: a relationship to endurance?. *Strength Cond J*, 28, 44-53.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D, e.d. 2*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suhdy, M. (2018). Pengaruh Metode Latihan Interval Intensif dan Interval Ekstensif terhadap Peningkatan VO2 Max. *Gelanggang Olahraga*, 1(2), 1-10.
- Sukadiyanto. (2009). *Metode Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sukadiyanto, Muluk & Dangisna. (2011). *Pengantar Teori Dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV.LUBUK AGUNG
- Sulastio, A. (2016). Pengaruh metode latihan interval ekstensif dan intensif terhadap prestasi lari 400 meter putra atlet PASI Riau. *Journal Sport Area*, 1(2), 1-9.
- Syroyyudin, M., Firlando, R., & Sovensi, E. (2021). Profil Kondisi Fisik Pemain Futsal Klub Brancos Kota Lubuklinggau. *Silampari Journal Sport*, 1(2), 63-70.
- Trunić, N., & Mladenović, M. (2014). The importance of selection in basketball. *Sport–Science & Practice*, 4(2), 65-81.
- Van Someren, K., A. (2006). The physiology of anaerobic endurance training. In: *The Physiology of Training*. G. Whyte, ed. Oxford, UK: Elsevier, pp. 88.
- Yanti, E. D., & Marisa, D. (2021). Literature Review : Perbedaan Vo2max Antara Pemain Bola Basket Dan Pemain Bola Voli. *Homeostasis*, 4(3), 649–658.
- Zalukhu, R., Juita, A., & Agust, K. (2023). Pengaruh Latihan interval training Terhadap Peningkatan Daya Tahan VO2MAX Pada Pemain Bola Basket SMAN 2 Kecamatan Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 28443-28449.