

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Furqoni Setya. 2015. *Pengaruh latihan Sirkuit Terhadap Peningkatan VO<sub>2</sub>Max Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Man 1 Kota Magelang Tahun 2015*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas ilmu keolahragaan UNY
- Argasasmita, Husein. 2007. *Teori Kepeleatihan Dasar*. Jakarta: Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Bastian dan Mahanggoro. 2012. Perbedaan Tingkat Endurance Antara Pria Bertipe Kepribadian A dan Pria Bertipe Kepribadian B. *Jurnal Vol. 12 No. 3: 195-200*.
- Bandyopadhyay, Amit. 2015. *Validity of Cooper's 12-minute run test for estimation of maximum oxygen uptake in male university students*. *Biol. Sport* 2015;32:59-63
- Budi, Mohammad Faiz Setio dan Sugiharto. 2015. Circuit Training Dengan Rasio 1:1 dan Rasio 1:2 Terhadap Peningkatan Vo<sub>2</sub>max. *Journal of Sport Sciences and Fitness Volume 4*
- Corbin, Charles B., Dolly Lambdin, Guy Le Masurier. 2007. *Fitness For Life: Muscle fitness Muscular Endurance And General Muscle Fitness Information*. Kansas city U.S.A
- Doewes, Muchsin, Kiyatno, Suradi. 2011. Kontribusi Sistem Respirasi terhadap VO<sub>2</sub> Maks. *Jurnal Respirologi Indonesia Vol. 31, No. 1, Januari 2011. 10-13*.
- Fédération Internationale de Football Association (FIFA). 2016. Fifa world ranking, association indonesia.
- Kusriyanti. 2015. Faktor Penyebab Kekalahan Tim Sepakbola Indonesia Melawan Thailand pada laga semifinal Seagames 2015 Dari Segi Ilmu Fisiologis. *Jurnal Olahraga Prestasi, Volume 11*.
- Muzziudin, Ahmad. 2013. Hubungan Kelelahan Dengan Produktifitas Kerja Pada Pekerja Tenun Di PT.ALKATEK Tegal. *Unnes Journal of Public Health 2*
- Nawir, Nukhrawi. 2011. Kontribusi Kekuatan Otot Tangan Dan Daya Tahan Otot Lengan Dengan Kemampuan Memanah Jarak 30 Meter Pada Atlet Panahan Sulawesi selatan. *Jurnal Kepeleatihan olahraga FIK UNM*
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Parahita, Astra. 2009. *Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Daya Tahan Otot Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Mudah Semarang usia 9-10 Tahun*. Karya Tulis Ilmiah. Semarang : Fakultas Kedokteran UNDIP
- Pito, Gregorius Wahyu Prakoso. 2017. Pengaruh Metode Latihan dan Daya Tahan Otot Tungkai terhadap Hasil Peningkatan Kapasitas  $VO_{2max}$  Pemain Bola Basket. *Jurnal Keolahragaan*, 5 (2), 2017, 151-160
- Sandang, Yohanes. 2016. *Hubungan Daya Tahan Otot Tungkai Dan Kelentukan Terhadap Kecepatan Lari Anggota Komunitas Indorunners Makasar (Skripsi)*. Makasar: Program Studi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.
- Sharkey, Brian J. 2011. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Sutyantara, Kadek , Ni Luh Kadek Alit Arsani dan I Nyoman Sudarmada. 2014. Pengaruh Pelatihan Sirkuit Dan Lari Lari Kontiyu Intensitas Rendah Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Siswa Putra Putri kelas VIII pada SMPN2 Nusa Peninda Tahun Pelajaran 2013/2014, *e-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganेशha Volume I Tahun 2014*.
- Setiawan, Deni. 2013. Kondisi fisik pemain sepakbola klub asyabaab dikabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Volume 1 nomor 1 Surabaya*
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Uliyandari, Adhikarmika. 2009. Pengaruh latihan fisik terprogram terhadap perubahan nilai konsumsi oksigen maksimal ( $VO_{2Max}$ ) pada siswi sekolah bola voli Tugu Muda Semarang usia 11-13 Tahun. Karya Tulis Ilmiah. Semarang. Fakultas kedokteran Undip.
- Wahyono, Dani. 2014. *Studi kondisi fisik atlet sepakbola persatuan sepakbola fakultas keguruan dan ilmu pendidikan bengkulu*. Skripsi. Bengkulu: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu Guna.
- Watulingas, Intan, Jornan J. V. Rampengan dan Hedison Poli. 2013. Pengaruh latihan fisik aerobic terhadap  $VO_{2Max}$  pada mahasiswa pria dengan berat badan lebih (OVERWIGHT), *Jurnal e-Biomedik (eBM)*, Volume 1, Nomor 2, Juli 2013.
- Wibowo, Ari, 2010. Uji Chi-square pada statistika dan SPSS. *Jurnal Ilmiah SINUS*

Wijaya, Diki Chandra. 2014. *Penerapan media bola karet dalam permainan sepakbola untuk meningkatkan keterampilan heading siswa kelas x TKJ Smk Negeri 1 Bengkulu*. Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu

Zudine.2011.*MengukurVo2max*.<http://zudien.wordpress.com/2011/04/12/mengukur-Vo2max/>.

<http://www.brianmac.demon.co.uk>. VO<sub>2</sub>Max. Diakses pada tanggal 12 Februari 2019