

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, M. (2016). Efektifitas peningkatan Vo₂max dengan metode kontinyu dan fartlek pada atlet sekolah sepakbola matra utama tahun 2016.
- Amani AR, somchit MN, Konting MM. (2010). Relationship Between Body Fat Percen And Maximal Oxygen Uptake Among Young Adults. *Journal of American Science*. 6, pp 1- 4
- Andriani, R. (2016). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik Dengan Volume Oksigen Maksimum. Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta.
- Anwar, K. (2019). Profil Kondisi Fisik Atlet PORPROV Futsal Kabupaten Bangkalan Tahun 2019. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, 4(2)
- Anwar S, Rahayu S, Sugiarto. (2013). Korelasi Kadar Hemoglobin Dan Konsumsi Oksigen Maksimal (Vo₂max) Siswa Sma N 1 Pamotan Kabupaten Rembang Bergolongan Darah A, B, AB, O Tahun 2012. *Journal Of Sport Sciences And Fitness*. 2, pp 44-49
- Arikunto, Suharsimi. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. (Edisi Keempat) Jakarta: Rineka Cipta.
- Arum VM, Mulyati T. (2014). Hubungan Intensitas Latihan, Persen Lemak Tubuh dan Kadar Hemoglobin dengan Ketahanan Kardiorespirasi Atlet Sepak Bola. *J o Nutr Coll*. 3(1):179–83.
- Astorin T, Robergs R, Ghiasvand S, Marks D, Burns S. (2000). Incidence of the Oxygen Plateau at VO₂max during Exercise Testing to Volitional Fatigue. *Journal of The American Society of Exercise Physiologists*. 3
- Badaru, Benny. (2017). *Latihan Teknik BEYB Bermain Futsal Modern*. Bekasi: Cakrawala Cendekia.
- Bompa, O. T., & Haff, G. G. (2009). *Theory and methodology of training*. Champaign: Human Kinetic
- Cabrera M-CG, Domenech E, Romagnoli M, et al. (2008) Oral administration of vitamin C decreases muscle mitochondrial biogenesis and hampers training-induced adaptations in endurance. *The American Journal of Clinical Nutrition*. No 87: 142-149
- Creswell, John W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Didi Yudha Pranata. (2020). LATIHAN FARTLEK UNTUK MENINGKATKAN VO2 MAX PEMAIN FUTSAL BBG. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(1), 134-146.
- Dunia Baca. (2011). *Dunia Futsal AMF*. Di peroleh dari. <http://www.duniabaca.com/home/dunia-sejarah-olahraga>. Pada tanggal 15 Agustus 2022
- Fox SI. (2003). *Respiratory Physiology: Hemoglobin and Oxygen Transport*, In: Fox SI, Human Physiology, 8th ed New York : McGraw-Hill, pp 235-245
- Fraenkel, Jack R. And Norman E. Wallen. (2009). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York. McGraw-Hill Companies
- Harsono. (2016). *Latihan kondisi fisik*. Bandung: Rosdakarya
- Harsono. (2017). *Periodisasi program latihan*. Bandung: Rosdakarya.
- Hartawan I N B, I.B. Agung Winaya. (2008). *Hipertensi Pulmonal Pada Anak. Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/Rumah Sakit Sanglah Denpasar*. Maj Kedokteran Indonesia, 58, pp 89
- Herman Vic and Engler Lainer (2011). *Futsal: Technique, Tactics and Training*. United Kingdom: Meyer and Meyer Sport
- Iranto, D. P. (2004). *Panduan Latihan Kebugaran*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Irawan, Andri. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena
- Ismaryati. 2009. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta LPP UNS dan UNS
- Iyakrus. (2018). **PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN PRESTASI**
- Jaya, Asmar. (2008). *Futsal: Gaya Hidup, Peraturan, dan Tips-tips Permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Joyner, M. J., & Lundby, C. (2018). *Concepts about VO2max and Trainability Are Context Dependent*. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 46(3), 138–143.
- Kurnia, M., & Kushartanti, B. M. W. (2013). Pengaruh latihan fartlek dengan treadmill dan lari di lapangan terhadap daya tahan kardiorespirasi. *Jurnal Keolahragaan*, Volume 1 – Nomor 1.
- Kurniawan, Feri. (2012). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.

- Levitzky, Michael G 2007. (2007). *Pulmonary Physiology*, 7th ed. New York: McGraw-Hill, pp 224-231
- Lhaksana, Justinus. (2012). *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta: Be Champion
- Mackenzie. (2013). Sport Coach: VO2 Max. Viewed 25 January 2014. Tersedia dari: <http://www.brianmac.co.uk/vo2max.htm#vo2>
- Marhaendro, Agus Susworo Dwi & Saryono. (2012). *Tes Futsal FIK Jogja*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Marhaendro, Agus Susworo Dwi, dkk. (2009). Tes Keterampilan Dasar Bermain Futsal. *Jurnal IPTEK Olahraga*, Vol.11, No.2, Mei 2009: 144-156.
- Martens, R. (1990). *Successful coaching*. Champaign,II: Leisure Press.
- Matias, C. N., Campa, F., Cerullo, G., D'antona, G., Giro, R., Faleiro, J., Reis, J. F., Monteiro, C. P., Valamatos, M. J., & Teixeira, F. J. (2022). Bioelectrical Impedance Vector Analysis Discriminates Aerobic Power in Futsal Players: The Role of Body Composition. *Biology*, 11(4).
- McMurray, R and Ondrak, K (2008). *Energi Expenditure Of Athletes*. Boca Raton: CRC Press
- Fauzan, Fauzan, Muhammad Allam and Sarifin, Sarifin and Setyagraha, Etno (2020) Perbandingan Latihan Interval dan Latihan Fartlek Terhadap VO2MAX Atlet Bola Basket FIK UNM. S1 thesis, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR.
- Murhananto. (2008). *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Pratiwi, AB. (2012). Pengaruh Asupan Makanan (Energi, Karbohidrat, Protein Dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (Vo2maks) Atlet Sepak Bola. Skripsi. Universitas Diponegoro. Semarang
- RIZKI, A., & Kiram, Y. (2019). PENGARUH LATIHAN FARTLEK TERHADAP KEMAMPUAN VO2MAX WASIT SEPAKBOLA KOTA SUNGAI PENUH. *Jurnal Patriot*, 1(1), 227-233.
- Rubiyatno. (2019). PERANAN AKTIVITAS OLAHRAGA BAGI TUMBUH KEMBANG ANAK

- Saryono. (2007). Futsal Sebagai Salah Satu Alternatif Pembelajaran Sepakbola dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani*. (Nomor 65 tahun 2007). Hlm 45-47.
- Sudjana, (2001), *Metode Statistika*, Bandung: Tarsito
- Sugiharto. (2014). *Fisiologi olahraga teori dan aplikasi pembinaan olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sugiyono, (2015). *Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Penerbit ALFABETA
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Sukadiyanto., & Muluk, D. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Uliyandari A. (2009). *Pengaruh Latihan Fisik Terprogram Terhadap Perubahan Nilai Konsumsi Oksigen Maksimal (Vo2max) Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 11-13 Tahun*. Tesis. Universitas Diponegoro. Semarang
- Vander, (2001), *Human Physiology: The Respiratory System, in: Human Physiology The Mechanism of Body Function, 8 th ed*. Boston: Mc Graw-Hill, pp 475-486.
- Widodo, A. (2018). Pengembangan Model Permainan Target untuk Meningkatkan Keterampilan Shooting dalam Permainan Sepakbola. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 248.
- Wenly, A. P., Pelana, R., Wasan, A., Usman, H., & Chaniago, H. (2021). Aerobic Endurance of Futsal Athletes during the Covid-19 Pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 2243–2247.