

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiya, T. N., Waluyo, W., & Adirahma, A. S. (2018). Perbedaan pengaruh metode latihan fartlek Dan interval terhadap daya tahan (Endurance). *Phedheral*, 15(2), 9–26.
- Andreansyah, M. E. (2022). ANDREANSYAH, M. E. (2022). Pengaruh Latihan Fartlek Terhadap Enduracen Pemain Sepak Bola Usia 15 Tahun Ssb Psm Masangan Kulon Sukodono Sidoarjo (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA).
- Dr. Jonas Solissa, M. P. (2022). *METODE LATIHAN DAYA LEDAK Tendangan Dollyo Taekwondo*. CV Literasi Nusantara Abadi.
<https://books.google.co.id/books?id=hB11EAAAQBAJ>
- Fauzan, F. A., Rusdiana, A., & Ruhayati, Y. (2016). Pengembangan Software Bleep Tes Tim untuk Mengukur Vo2max. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 1(1), 1–5.
- Festiawan, R., Suharjana, S., Priyambada, G., & Febrianta, Y. (2020). High-intensity interval training dan fartlek training: Pengaruhnya terhadap tingkat VO2 Max. *Jurnal keolahragaan*, 8(1), 9–20.
- H Somantri. (2016). *Pengaruh Latihan Farlek (Speed Play) Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani*.
- Hamzah, H. (2022). Minat Siswa Dalam Pembelajaran Olahraga Bulutangkis Di Smp Satu Atap Reth Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 9(2), 86–101.
- Hermawan Aksan. (2016). *Mahir Bulutangkis* (Tim Nuansa, Ed.; 1 ed.). Penerbit Nuansa.
- 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.
- Irvan, I., Usman, A., & Arimbi, A. (2018). *Metode Speed Play terhadap kapasitas kardiorespirasi atlet*.
- Ismi Tashilatun Ni, mah dan M. D. (2017). *Buku Pintar Bulutangkis*. Anugrah.
- Iswanto, R. (2022). Iswanto, R. (2022). Minat Siswa SMK Negeri 1 Kota Sungai Penuh Terhadap Ekstrakurikuler Bulutangkis (Doctoral dissertation, universitas jambi).

- Iswanto, R. (2022). *Minat Siswa SMK Negeri 1 Kota Sungai Penuh Terhadap Ekstrakurikuler Bulutangkis (Doctoral dissertation, universitas jambi)*.
- Jauh, P. L. L. J. (2017). *INDONESIA PERFORMANCE JOURNAL*.
- Majid, R. F., Julianti, R. R., & Iqbal, R. (2021). Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Permainan Bulutangkis Kelas VIII di SMP Negeri 1 Telukjambe Barat Kabupaten Karawang. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(6), 217–225.
- Mia Kusumawati. (2015). *Penelitian Pendidikan Penjas*. Percetakan eQuator.
- Myssidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). Ilmu kepelatihan dasar. Dalam *Bandung: Alfabeta* (Vol. 116118).
- Ngoalo, S., Liputo, N., & Duhe, E. D. P. (2020). Toward improvement of VO₂max boxing shadow boxing. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 2(1), 13–17.
- Nurhasan & Hasanudin Cholil. (2014). *Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*.
- Pranata, D. Y. (2020). Latihan Fartlek Untuk Meningkatkan Vo₂ Max Pemain Futsal Bbg. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(1), 134–146.
- Primayanti, I., & Isyani, I. (2021). Pengaruh latihan drill dan latihan pola pukulan terhadap kemampuan smash bulutangkis pada PB Liansa Junior Masbagik Lombok Timur Tahun 2019. *Gelora: Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP Mataram*, 6(1), 25–31.
- Purwanthi, N. L. R. S. (2013). Pengaruh Pelatihan Fartlek Dan Obstacle Run Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 1(1).
- Rismayanthi, C. (2016). Profil tingkat volume oksigen maskimal (VO₂ max) dan kadar hemoglobin (HB) pada atlet Yongmoodo Akademi Militer Magelang. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 12(2).
- RS Rahmi. (2016). *Pengaruh Spiritual Intellegence Training Terhadap Self Control Atlet Remaja Dalam Pelatihan Bulutangkis*. <http://repository.upi.edu/id/eprint/25376>
- Sigit Nugroho. (2020). *Perkembangan Olahraga Permainan Bulutangkis*.
- Subarjah, H. (2013). Latihan kondisi fisik. *Educacion*, 53(9), 266–276.

- Subarno, L., & Wibowo, R. J. (2015). Perbandingan Latihan Speed Play Dan Latihan Circuit Training Terhadap Kecepatan Lari Sprint 100 Meter Di Sman 4 Tambun Selatan. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 6(1), 69–79.
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian* (15 ed.). PT RINEKA CIPTA.
- Widodo, A., Bachtiar, B., Fariz, S., & Novitasari, Y. (2022). PROFIL KEBUGARAN ATLET FUTSAL KABUPATEN KLATEN DINYATAKAN DENGAN VO2MAX. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(2), 107–112.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.
- Yuliawan, D. (2017). *Bulu Tangkis Dasar*. Deepublish.
<https://books.google.co.id/books?id=uUE9DwAAQBAJ>
- Zulbahri, Z. (2019). Tingkat Kemampuan Daya Tahan Jantung dan Pernafasan Mahasiswa Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 96–101.