

DAFTAR PUSTAKA

- Amali, Z. (2022) Kebijakan olahraga nasional menuju Indonesia Emas tahun 2045. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*
- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Angga, P. (2016). Analisis Kemampuan VO2Max pada Atlet Karate Rantin Permata Sidoarjo. *Jurnal Kesehatan Olahraga Vol. 06 No 2 edisi Oktober 2016*. Hal 575-581.
- Arisman, A. (2019). Pengaruh Latihan Square terhadap Daya Tahan Aerobic Atlet Sriwijaya Archery Club. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 2(2), 45–53. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v2i2.720>
- Arya, Agung M. (2021). Analisis Tingkat Volume Oksigen Maksimal (VO2 Max) Camaba Prodi PJKR. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekresi Vol. 7, No.1, Hal 10-17*.
- Fathoni, Munir (2011). Pengaruh Latihan Sirkuit Terhadap Peningkatan Daya Tahan Anaerobik Atlet Bola Voli Pervas Yogyakarta Usia 15-16 Tahun. Yogyakarta FIKUNY.
- Hasan, Subhan. (2009). Pengaruh Sirkuit Training Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMK Panca Bhakti Banjarnegara. Skripsi: FIK-UNY.
- Iqlima, Fillah. (2015). PENGARUH SARI UMBI BIT (BETA VULGARIS) TERHADAP VO2MAX ATLET SEPAK BOLA. *Journal of Nutrition College*, Volume 4, Nomor 2, Tahun 2015, Halaman 202-210
- Ismaryati, S. Muhyi, M. (2018). *Tes Dan Pengkuruan Olahraga*. Surakarta: UNS Press. Hal 85-86
- Mustakhim, Ainul. 2013. dalam jurnal prestasi olahraga (vol 1, no 1, 2013)
- Ninawati, K. (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), 1689–1699.
- Pamungkas dkk (2022). Korelasi Multistage Fitness Test dan Harvard Test Terhadap VO2Max Usia 20-23 Atlet Futsal Venus FC Tahun 2021. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 6 (2) 2022 -80
- Pratama, b. d. (2020). Pengaruh Circuit Training Terhadap Volume Oksigen . *Jurnal Stamina*, 240-254.

Sharkey, Brian J. (2003). Kebugaran dan Kesehatan. Jakarta: PT Raya Grafindo Persada.

Silvia dkk (2021). Pengaruh Senam Aerobik terhadap Peningkatan Vo2max pada Peserta Sanggar Senam Studio Nachatib di Masa New Normal. Jurnal Patriot Volume 3 Nomor 3 Tahun 2021 (Halaman 272-283)

Suharno. 1988. Ilmu Coaching Umum. Yogyakarta: FPOK IKIP.