

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, M. (2016). Skripsi. *Efektivitas peningkatan vo2max dengan metode kontinyu dan fartlek pada atlet sekolah sepakbola matra utama tahun 2016*. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Arikunto, S. (1988). *Prosedur Penelitian; suatu Pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- _____ (2010). *Prosedur penelitian (suatu pendekatan praktik)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bompa, T., O. (1994). *Theory and Methodology of Training*, Third edition, Toronto: Ontario.
- Djoko, Pekik. (2002). *Dasar Kepeleatihan Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Fox. E., L., Bowers. R., W. dan Foss. M., L. (1993). *The Physiological Basis for Exercise and Sport*, fifth edition. Iowa: Brown & Benchmark Publishers.
- Fox E., L. Mathews D., K. (1993). *The Physiological basis of Physical Education and Athletics*. 5eds. Iowa: Brown & Benchmark 41 1-445.
- Giri, Wiarto. (2013). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Smp/MTs Untuk Kelas IX*. Jakarta: Pusat perbukuan.
- Hadi, S. (2000). *Analilisis Regersi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Harsono. (1988). *Panduan kepeleatihan* . Jakarta. KONI.
- _____ (2016). *Latihan kondisi fisik (untuk atlet dan kesehatan)*. Bandung: FPOK-UPI Bandung.
- Imanudin, I. (2013). *Ilmu kepeleatihan olahraga*. Bandung: FPOK UPI.
- Jeanne, W. (1992). *Conditioning and menthodology of training*, London: Publishing Company.
- Junusul, H. (2010). *Dasar-Dasar Kesehatan Olahraga*. Jakarta; Departemen Pendidikan Nasional.
- Kathleen, L. dan Kuntaraf, J (1992). *Olahraga Sumber Kesehatan*. Bandung: Advent Indonesia.

- Ketut, Herta I. (2016). Skripsi. *Perbedaan Pengaruh Fartlek Dan Jogging Terhadap Peningkatan Vo2 Max Tim Sepak Bola Sma Negeri 1 Kota Gajah Kabupaten Lampung Tengah*. Universitas Lampung.
- Khotimah, N. (2011). Skripsi. *Pengaruh interval training dan circuit training terhadap peningkatan daya tahan aerobik*. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Kiena. R., Z. (2012). Bleep test. <http://rizkizulfitri-kiena.blogspot.co.id>. Diakses pada tanggal 15 februari 2017
- Leger, L., A. And Lambert, J. (1982). *A Maximal Multistage 20m Shuttle Run Test To Predict VO₂ Max*. *European Journal Of Applied Physiology*, 49 (1), P. 1-5
- Nurhasan, H dan Cholil, D. (2007). *Tes dan pengukuran keolahraagaan*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Soedjono. (1999). *Konsep Pembinaan Usia Dini*. Makalah. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Soekarman. (1987). *Dasar olahraga untuk pembina, pelatih, dan atlet*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- _____ (1997). *Olahraga Tehnik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Pressindo.
- Sudjana, N. dan Ibrahim. (2010). *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Suhendra. (2008). *Standar vo2 max pria*. <http://human.wordpress.com>. Diakses pada tanggal 25 Januari 2017.
- Sudjarwo. (1995). *Ilmu Kepeatihan*. Surakarta: UNS Perss.
- Sugiyono. (2002). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- _____ (2013). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- _____ (2013). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Kolahraagaan. Universitas Negeri Yogyakarta.
- _____. (2011). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Bandung. Lubuk Agung.

Suranto. (2008). *Fisiologi Olahraga*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.

Yudiana, Y., Subarjah, H., dan Juliantine, T. (2007). *Teori latihan*. Bandung: FPOK UPI.