

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran. 2013. *Dasar Dasar Melatih Fisik Olahragawan*, Medan: Univeraitas Negeri Medan Press.
- Ambarwati, N.M.R. (2015). *Pengaruh Latihan Circuit Training Dan Cross Country Terhadap  $VO^2$  Max Pada Atlet Taekwondo*, Skripsi: Universitas Lampung
- Bafirman, Wahyuri, Asep Sujana. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: PT Raja Grafindo Pesada.
- Budiwanto, Setyo. 2012. *Metode Latihan Olahraga*, Malang: Universitas Negeri Malang.
- Bompa, 2009. *Periodization Theory Methology of Training*.
- Bompa, T.O., (1994). *Theory and Methodology of Training*, Third edition, Toronto, Ontorio Canada: Kendall/ Hunt Publishing Company.
- Depdiknas. 2000. *Tes dan Pengukuran Olahraga*, Depok: Rajawali Press
- Fox, E. (1993). *The Physiological Basic of Exercise and Sport ( ed)*. USA: Wim. C. Brown Publisher.
- Hairy, Junusul. 1989. *Fisiologi Olahraga*, Jakarta: Perpustakaan IKIP Semarang.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Hariyanta I, Parwata I., & Wahyuni N. (2014). *Pengaruh Circuit Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai Dan VO<sub>2</sub>Max*. Singaraja: E-Jurnal IKOM Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan. Vol I.Kiram,

Kadir. 2015. *Statistik Terapan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Kuantaf, J. 1992. *Olahraga Sumber Kesehatan*, Bandung: Indonesia Publishing House

Maulana, Ai(2016). *Perbandingan Daya Tahan Kardiovaskular Pada Pemain Futsal Perokok dan Tidak Perokok Pada Klub Sakti Satwa FC Kabupaten Bone*. Skripsi: Universitas Negeri Malang

Mcardle, W.D. 1981. *Exercise Physiology Energy Nutrition and Human Performance*. Philadelphia: Lea & Febiger

Pratiwi, AB. 2012. *Pengaruh Asupan Makanan (Energy, Karbohidrat, Protein Dan Lemak) Terhadap Daya Tahan Jantung Paru (VO<sub>2</sub> Max) Atlet Sepak Bola*, Skripsi: Universitas Diponegoro. Semarang

Rahmat, Zikrur. 2015. *Atletik Dasar Dan Lanjutan*, Banda Aceh: LPPM STKIP BBG

Romadhoni, Dea Linia; Herawati, Isna; dan Pristiano, Ari. (2018). Pengaruh Pemberian Circuit Training Terhadap Peningkatan VO<sub>2</sub>Max Pada Pemain Futsal Di Maleo Futsal Magetan. *Jurnal Kesehatan Vol. 11. No. 1. ISSN 1979-7621 (Print). ISSN 2620-7761 (Online)*. 43-38.

Sidik, Dikdik. dkk. 2019. *Latihan Kondisi Fisik*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

Sukendro, Yuliawan. 2019. *Dasar Dasar Atletik*, Salim Media Indonesia.

Samsudin, 2019. *Model Pembelajaran Atletik*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.

Yanuar. 2019. *Menelusuri Nilai-Nilai Luhur Olahraga*, Jakarta Timur: Prenadamedia Group.



THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY