

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S., & Soenyoto, T. (2023). *Fisiologi Olahraga*. Semarang, Jawa Tengah: Cahya Ghani Recovery.
- Afrizal. (2023). Volume Oksigen Maksimal ( $VO_2 \text{ Max}$ ) Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Gunung Leuser Aceh. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 7(1), 178-183.
- Aini, T. R. N., Rahfiludin, M. Z., & Kartini, A. (2019). Hubungan Persen Lemak Tubuh dan Kadar Hemoglobin Dengan Kapasitas  $VO_2 \text{ Max}$  Atlet Bulutangkis (Studi di UKM Bulutangkis Universitas Negeri Semarang dan Universitas Diponegoro). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(4), 113-116.
- Alfikri, R. H (2022). *Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap  $VO_2 \text{ Max}$  Kardiovaskular Pada Pemain Sepak Bola*. Skripsi, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta). Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Digital Library.
- Andani, K. N., Setyaningsih, W., Harista, D. R., & Transyah, C. H. (2025). *Buku Referensi Pentingnya Aktivitas Fisik Bagi Kesehatan Jantung*. Jakarta Barat: Optimal Untuk Negeri.
- Ardiana, M. (2025). *Buku Ajar Prevensi dan Rehabilitasi Kardiovaskular: Uji latih Jantung*. Surabaya, Jawa Timur: Airlangga University Press.
- Ardiana, M. (2025). *Buku Ajar Prevensi dan Rehabilitasi Kardiovaskular: Cardiopulmonary Exercise Testing (CPET)*. Surabaya, Jawa Timur: Airlangga University Press.
- Arfanda, P. E, dkk. (2024). *Panduan Komprehensif Tes dan Pengukuran Dalam Berbagai Cabang Olahraga*. Pekalongan, Jawa Tengah: NEM.
- Arfanda, P. E. (2023). *Peningkatan Kondisi Fisik Melalui Variasi Senam erobik*. Pekalongan, Jawa Tengah: NEM
- Arikunto, S. (2010). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arsi, F, dkk. (2025).** *Buku Ergonomi Industri*. Bandung: Widina Medina Utama.
- Avissa, A., Kuswari, M., Nuzrina, R., Gifari, N., & Melani, V. (2021). Pengaruh Program Latihan Olahraga dan Edukasi Gizi Terhadap Komposisi Tubuh,

- Lingkar Perut dan Lingkar Panggul pada Wanita Usia Produktif di Depok. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 2(2), 176-192.
- Basundoro, P, dkk. (2023). *Menjaga Pintu Masuk Universitas Airlangga*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Buanasita, A. (2022). *Buku Ajar Gizi Olahraga, Aktivitas Fisik dan Kebugaran*. Pekalongan, Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Damayanti, S., Kadir, L., Sari, W., Rakhmawati, H. S. N., Irramah, M., Atmaja, D. P., Widyaluti, R. A., Ghurri, A., Puspitasari, A., Rita, R. S., Juliani, K. D., Rustam HN, M., Adityatama, M. N. A., & Anggraini, F. T. (2025). *Fisiologi Olahraga*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Fenanlampir, A., & Faruq, M. M. (2015). *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Yogyakarta: Andi.
- Firmansah, D. L. N. (2024). *Analisis Perbandingan Daya Tahan Kardiovaskuler Pesepak Bola yang Tinggal di Dataran Tinggi dan di Dataran Rendah Kab. Batang*. Skripsi, Universitas PGRI Semarang.
- Fitranti, D. Y., Aniq, K., Purwanti, R., Kurniawati, D. M., Wijayanti, H. S., & Saphira, R. R. (2022). Asupan Makanan dan Intensitas Latihan Kaitannya dengan Fungsi Ginjal dan Komposisi Tubuh Pada Komunitas Gym. *Amerta Nutrition*, 6(1), 63-71.
- Fitriani, A., & Purwaningtyas, D. R. (2021). *Modul Gizi, Kebugaran, dan Olahraga*. Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka.
- Ginting, D. R. (2023). *Efek Merokok Terhadap Kapasitas VO<sub>2</sub> Max Ikatan Mahasiswa Karo Aarih Ersada (IMKA AE) Jambi*. Skripsi, Universitas Jambi.
- Gurusinga, R., Sari, E., Indriasari, F. N., Rambu Roku, R. V., & Putri, P. S. (2025). *Buku Referensi Pengelolaan Penyakit Paru-Paru Pada Anak*. Jakarta Barat: Optimal Untuk Negeri.
- Hardono., Nggorong, W. P., & Lumadi, S. A. (2025). *Buku Referensi Pencegahan Penyakit Jantung Pada Anak Muda*. Jakarta Barat: Optimal Untuk Negeri.
- Hartoto, S., Firmansyah, A., Prakoso, B. B., Pratama, S. A., & Samudra, F. E. (2021). *Kapasitas Fisik dan Gizi Siswa-Athlet di Sekolah Khusus Olahraga*. Jawa Timur: Uwais Inspirasi Indonesia.

Hasanah, N., dkk. (2023). *Hematologi*. Purbalingga, Jawa Tengah: CV Eureka Media Aksara.

**Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.** (2022). *Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Reublik Idonesia Nomor 48 Tahun 2022 tentang Penerimaan Mahasiswa Baru Program Diploma dan Program Sarjana pada Perguruan Tinggi Negeri* [Peraturan Menteri].

Khairunissa, D. E., Budi, D. P., Feldatsana, K., Abil, M. R. P., & Alfajri, M. R. (2025). *Efektivitas Jogging dan Jalan Bagi Kebugaran*. Kabupaten Malang, Jawa Timur: Kramantara Jaya Sentosa.

Kuncoro, M. U., & Wibowo, S. (2021). Literature Review: Daya Tahan Kardiorespirasi Siswa Perokok dan Non Perokok. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 69–77.

Kurniawan, R., & Ala, F. (2021). Kemampuan  $VO_2$  Max Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 4(1), 17–24.

Lengkana, A. S., & Muhtar, T. (2021). *Pembelajaran Kebugaran Jasmani*. Bandung: CV Salam Insan Mulia.

Marcdante, K. J., Kliegman, R. M., Jenson, H. B., & Behrman, R. E. (2021). *Nelson Ilmu Kesehatan Anak Esensial*. Singapore: Elsevier Health Sciences.

Martin, C. (2024). *The Ultimate Book: Tubuh manusia*. Jakarta: Bhuana Ilmu Popule.

Nawawinetu, E. D., Prihatiningsih, S., & Kusumawardani, R. W. (2024). *Pengembangan Metode Pengukuran  $VO_2$  Max Untuk Menilai Kapasitas Fisik (Kesegaran Jasmani)*. Padang: Literasi Langsung Terbit.

Nugroho, U. (2015). *Pedoman Tes Ukur Olahraga*. Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung.

Nurhidayat, N., Triadi, C., & Fathurrahman, F. (2020). Tingkat Prestasi Akademik Ditinjau dari Kebugaran Jasmani ( $VO_2$  Max) Mahasiswa Semester IV POR FKIP UMS tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 20(1), 52–59.

- Panggraita, G. N., Tresnowati, I., Widya, M. P., Januar, A. S., & Amar, M. (2021). *Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa*. Semarang: CV. Pilar Nusantara.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Serang: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).
- Pearce, E. C. (2000). *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Permana, D., & Praetyo, A. F. (2021). *Psikologi Olahraga: Pengembangan Diri dan Prestasi*. Indramayu, Jawa Barat: Penerbit Adab.
- Purbangkara, T., Kurniawan, F., & Mahtumi, I. (2022). *Bahan Ajar Ilmu Faal Olahraga dan Praktikum*. Jawa Timur: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Putro, W. A. S., Lamatenggo, Y. N., & Widiyaningsih, W. R. (2023). *Ragam Penelitian Olahraga*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Qurniati, S.** (2023). *Studi Kemampuan  $VO_2$  Max Atlet Futsal Putri Pomnas Provinsi Jambi 2022*. Skripsi, Universitas Jambi. Repository Universitas Jambi.
- Ramadhan, I., Jusup, S. A., Nurfitriani, R. A., & Aryoseto, L. (2022). *Hubungan Volume Oksigen Maksimal Dengan Denyut Nadi Istirahat Fase Pertumbuhan Dewasa Muda*. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(4), 139–143.
- Ramadhani, K. & Widyaningrum, R. (2022). *Dasar-Dasar Anatomi dan Fisiologi Tubuh Manusia Bagi Mahasiswa Gizi dan Kesehatan*. Yogyakarta: UAD Press.
- Ridiaseprina, T. (2014). *Hubungan Antara Frekuensi Denyut Jantung Dengan Volume Oksigen Maksimal Pada Anggota Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Universitas Muhammadiyah Surakarta* (Naskah publikasi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rizqi, A., & Rochmania, A. (2020). *Perbandingan Volume Oksigen Maksimal ( $VO_2$  Max) Atlet Perokok dan Tidak Perokok (Studi Pada Tim Futsal Putra Asmara FC U18 Kabupaten Pamekasan)*. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Rusli, dkk. (2025). *Pendekatan Holistik dalam Olahraga dan Kesehatan*. Pekalongan, Jawa Tengah: NEM.
- Saiful, & Mongsidi, W. (2021). *Fisiologi Olahraga*. Kendari, Sulawesi Tengah: UD. Al-Hasanah.

- Saiful. (2021). *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*. Kendari, Sulawesi Tenggara: UD. Al-Hasanah.
- Sudijono, A. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suratmin. (2018).** *Kepelatihan Atletik Jalan dan Lari*. Depok: Rajawali Pers.
- Untari, S., Susanti, M. M., Kodiyah, N., & Himawati, L. (2023). *Buku Ajar Anatomi dan Fisiologi*. Pekalongan, Jawa Tengah: NEM.
- Usman, A., dkk. (2023).** *Kajian Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan*. Pekalongan, Jawa Tengah: NEM.
- Widiastuti, A., Rahmat, A., Suhardianto, Yusuf, P. M., Ricky, Z., Nugraha, H., Prabowo, E., Pamungkas, D., Marhadi, M., Kusumawati, M., Jumaking, M., Nusufi, M., Ali, M., Irwan, M. S., & Reginald, R. (2025). *Tes Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Gowa: CV. Ruang Tentor.
- Yulita, L., dkk. (2025). *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Serang, Banten: Sada Kurnia Pustaka.
- Zulbahri., Erianti., Astuti Y., & Rosmawati. (2020). *Pelatihan Metode Interval Ekstensif Terhadap Kemampuan Daya Tahan Aerobik*. **Jurnal Abdidas**, 1(3), 109-118.