DAFTAR PUSTAKA

Ahadi, G. D., Nur, N., & Ersela, L. (2023). The Simulation Study of Normality Test Using Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling, and Shapiro Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, *6*(1), 11-19

Akhmad, Imran (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Olahragawan*. Medan. UNIMED PRES

Akhmad, Noor. "Pengaruh Small Sides Games Strategi Efektif Meningkatkan Kelincahan Di Klub Sepak Bola Bima Sakti." *Journal Transformation of Mandalika* 5.7 (2024): 407-411.

Anton, Anton, et al (2024). "Kegiatan Ekstrakurikuler Pendidikan Agama Islam Di Sekolah." *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara* 1.5: 8020-8030.

Aras, A. (2021). Teknik Shooting Dalam Sepakbola. https://www.researchgate.net/publication/349220004_Teknik_Shooting_Dalam_Sepakbola. DOI:10.31219/osf.io/8buar

Arpansyah, A., Sukasno, S., & Syafutra, W. (2022). Perbandingan antara Latihan Zig-Zag Run dan Shuttle Run Terhadap Kemampuan Dribbling pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Jurnal Gelanggang Olahraga*, 5(2), 176–185. https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3611

Budiwanto, S. (2022*). Metode latihan olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang

Candra, O. (2020). Tingkat Kemampuan Vo2max Pada Atlet Bola Basket Puteri Pomnas Riau. *Journal Sport Area*, 5(2), 106–115. https://doi.org/10.25299/sportarea..vol().3761

Clemente, P Manuell (2016) *Small-Sided and Conditioned Games in Soccer Training The Science and Practical Applications*. Portugal. Springer Nature

Danurwindo, dkk (2017). *Kurikulum pembinaan sepak bola Indonesia*. Jakarta selatan. Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia

Debbian S. R, A., & Rismayanthi, C. (2022). Profil Tingkat Volume Oksigen Maskimal (*VO2 Max*) Dan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Atlet Yongmoodo Akademi Militer Magelang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4), 19–30. https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.15014

Faridah, Eva, dan Sinung Nugroho. (2002). *Metode Senam, Fleksibilitas Dan Obesitas Terhadap Penurunan Lemak Pinggang*. CV Widina Media Utama

Festiawan, R., Nurcahyo, P. J., & Pamungkas, H. J. (2019). Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Kemampuan Long Pass pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, *9*(1), 18–22. https://doi.org/10.15294/miki.v9i1.20666

Fitri, A. dkk (2023). *Dasar Dasar Statistika Untuk Penelitian*. Yayasan Kita Menulis

Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2021). Pengembangan Alat Ukur Tes Fisik dan Keterampilan Cabang Olahraga Futsal berbasis Desktop Program. *Jurnal Jossae*, 6(2), 146–155. https://doi.org/10.26740/jossae.v6n2.p146-155

Gutawa, K., and F. R. Kafrawi. (2022). "Analisis Teknik Dasar Sepak Bola Pada Anak Usia Dini Pada Siswa Sekolah Sepak Bola (Ssb) Kecamatan Kunjang Kabupaten Kediri Wisnu Arda Gutawa." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 10.02 : 183-190.

Hammami, A., Gabbett, T. J., Slimani, M., & Bouhlel, E. (2018). Does small-sided games training improve physical ftness and team-sport-specifc skills? a systematic review and meta-analysis. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, *58*(10), 1446-1455. https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07420-5

Hamzah, M. N. (2020). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Otot Pinggang Terhadap Kemampuan Heading Sepakbola Atlet Klub Gama Fc Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 6, 1–10.

Herlambang, M., Maulana, F., & Nurudin, A. A. (2022). Latihan Kecepatan, Kelincahan dan Keseimbangan untuk Meningkatkan Kemampuan Dribbling dalam Permainan Futsal. *Jurnal Edicatio*, 8(4), 1601–1606. https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.4047

Hidayat, A. A. (2021a). *Cara Mudah Menghitung Besar Sampel*. Geger Sunten. https://books.google.co.id/books?id=qqMaEAAAQBAJ

Ikhsan, Dopio Fadzil, and Raffly Henjilito. (2024) " Max Unit Kegiatan Mahasiswa Bola Tangan Universitas Islam Riau." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)* 7.3 : 6279-6284

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. https://doi.org/10.21009/jsce.03105

Julianto, A. R., Rusmiati, P., & Suryadi, D. (2019). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing dan Control Sepak Bola menggunakan Metode Permainan. *In Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara*.,1–7

Mahanani, R. A., & Indriarsa, N. (2021). Hubungan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Shooting Pada Ekstrakurikuler Futsal Putri. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 9(1), 139–149.

Mappaompo, A. (2019). Ontribusi Daya Ledak Tungkai dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Lompat Jauh Murid SD Negeri 139 Sinjai. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Halaman Olahraga Nusantara*, 2(1), 1–18. https://doi.org/10.31851/hon.v2i1.2462

Mappaompo, M. Adam. (2024) "Keseimbangan dan Kelincahan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola." *Jambura Health and Sport Journal* 6.1 : 1-11.

Ma'ruf, Amar, et al. "Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Tingkat Vo2max Atlet Sepakbola Pelajar."*SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga* 4.3 (2023): 387-394.

Mubarok, M. Z., & Kharisma, Y. (2022). Pengaruh Metode Latihan Interval Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik (*VO2max*). *Biormatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, *8*(1), Article 1 https://doi.org/10.35569/biormatika.v8i1.1152

Mugiarti, Tri, Didi Muhtarom, and Boby Agustan. "Pengaruh Latihan Interval terhadap Kecepatan Lari 100 Meter pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Ampelgading." *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan* 3.1 (2025): 32-46.

Narlan, A., Priana, A., & Gumilar, R. (2023). Pengaruh Dryland Swimming Workout Terhadap Peningkatan Vo2Max Dalam Olahraga Renang. *Journal of SPORT* (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training), 7(1), 119–124. https://doi.org/10.37058/sport.v7i1.6665

Nusri, Ardi. (2019). *Teori & Praktek Sepak Bola Efektif*. Semarang. Cipta Prisma Nusantara

Pasaribu, Ahmad Muchlisin Natas. (2020). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Banten: Yayasan Pendidikan Dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).)

Pratama, M., Alnedral, A., Dosa, T. H., & Soniawan, V. (2020). Metode Circuit Training Berpengaruh Terhadap Kemampuan Dribbling Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 3(2), 874–884. http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/677

Pratama, Reza Resah, et al. (2024). *Model Latihan Small Side Games (SSG) Sepak Bola*. Palembang: Bening Media Publishing

Reras, Rafael Ch, et al. (2024). "Pengaruh Latihan Push-UP Terhadap Akurasi Shooting Three-Point Dalam Bola Basket pada UKM Basket Unimuda Sorong." *Indonesian Research Journal on Education* 4.2 : 526-530.

Rubiyatno, B, P. S., & Suryadi, D. (2023). Physical Fitness Profile Analysis: Survey Study On Extracurricular Football Students. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(2), Article 2. https://doi.org/10.52188/ijpess.v3i2.470

Rustiawan, Hendra. (2020) "Pengaruh Latihan Interval Training Dengan Running Circuit Terhadap Peningkatan Vo2Max." *Jurnal Wahana Pendidikan* 7.1 : 15-28

Saputra, M. R. E., & Yunus, M. (2019). Pengembangan Variasi Model Latihan Dribbling Sepakbola untuk Atlet Usia 13-15 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 3(1), 8–15.

Setiawan, J. H., & Syafi'i, I. (2020). Tingkat Kepuasan Peserta Terhadap Penyelenggaran Festival Sepakbola Usia Dini Piala Bupati Bangkalan I. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 3(4), 45–51. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/37010

Setyawan, Feri Budi. (2023). *Pedoman Pelaksanaan Tes Kesamaptaan Jasmani*. Yogyakarta. UAD PRESS

Sidik, Dikdik Zafar. (2022) "*Prinsip Latihan Atlet Pada Berbagai Periodisasi*". Temu Ilmiah Nasional Persagi 4 : 59-68

Sidik, D. Z., Pesurnay, P. L., & Afari, L. (2019). *Pelatihan Kondisi Fisik*

Simanjorang, E. K., Spyanawati, N. L. P., Pendidikan, P., Kesehatan, J., & Olahraga, F. (2020). Pengembangan Video Tutorial Materi Passing Sepakbola Mata Pelajaran Pjok untuk Kelas X SMA / SMK. 8(3).

Sugiyono. (2020). *Statistika Untuk Penelitian.*

Supriady, Andy. "Pengaruh small sided games terhadap peningkatan vo2max." *Journal of Physical and Outdoor Education* 2.2: 172-18

Wardana, C. R., Setiabudi, M. A., & Candra, A. T. (2018). Pengaruh Latihan Small-Sided Games Terhadap Keterampilan Passing, Controlling dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola SMK Negeri 1 Tegalsari Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kejora* (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)