

DAFTAR PUSTAKA

- Bafirman, Wahyuri, Asep Sujana. 2018. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Padang: PT Raja Grafindo Pesada.
- Bagus Wiguna, Ida. 2017. *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik*. Depok: PT Raja Grafindo Pesada.
- Budi, Suryanto. (2018). *Pengaruh latihan interval dan latihan fartlek terhadap peningkatan VO_2 max*. In Jurnal Pendidikan Jasmani Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Budiwanto, Setya. 2012. *Metodelogi Latihan Olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- Cissik, John. Dawes, Jay. 1971. *Maximum Interval Training*. Human Kinetic.
- Gamble, Paul. 2010. *Strength and Conditioning For Team Sports*. London and New York. Routledge.
- Giriwijoyo, Santoso. 2008. *Ilmu Faal Olahraga*. Bahan Perkuliahan Mahasiswa FPOK-IKIP Bandung.
- Hairy, Junusul. 1989. *Fisiologi Olahraga*. Jakarta: Perpustakaan IKIP Semarang.
- Hauw Shin, Tjung. 2020. *Buku Pengantar Ilmu Melatih*. Jakarta: Ikatan Konselor Indonesia (IKI).
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek- Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Harsono. 2018. *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Irianto, Novian. 2018. *Pengaruh Latihan Fartlek Terhadap Peningkatan Daya Tahan Paru Jantung Peserta Badminton Di PB Elang Yogyakarta*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Kadir. 2015. *Statistika Terapan Konsep, Contoh dan Analisis Data dengan Program SPSS/Lisrel dalam Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kenny, W. Larry. dkk. *Physiology of Sport Exercise*. Web Study Guide: Human Kinetic.
- Lesmana, Heru Syarli. 2018. *Bahan Ajar Fisiologi Olahraga Sport Physiologi*. Padang: Perpustakaan Universitas Negeri Padang.
- Nuh, Muhammad. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Posthumus, Michael. 2009. *Physical Conditioning*. Africa: BokSmart.
- Sepdanius, Endang. Dkk. 2019. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Depok: PT Raja Grafindo Pesada.
- Sidik, Dikdik. dkk. 2019. *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana. 2009. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.