

DAFTAR PUSTAKA

- Afrian, H., Erpan Suryadi, L., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., Ilmu Pendidikan, F., & Hamzanwadi, U. (2018). *Pengaruh Latihan Interval (Interval Training) Terhadap Peningkatan vo2max Tim Gama Fc Pancor 2017*. 1(1), 1–6.
- Agafian Dhuha, A., Yogaswara, A., Hajar, N., Firdaus, M. F., Ahad, *, & Dhuha, A. (n.d.). *The Effect of Interval Training on Increasing VO2Max and Hemoglobin Levels in Central Java PPLOP Athletes*. Retrieved <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/prosidingfkm/issue/view/31>
- Aziz, H., Fuadien, N., ¶,½í, Anam, K., & Kunci, K. (2024). *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga Analisis Strategi Power Play Permainan Futsal Tim Halus FC pada Liga Futsal Profesional Indonesia Tahun 2023/2024 Pekan 1-8 Info Artikel* (Vol. 5). <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik*.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization-: theory and methodology of training*. Human kinetics.
- Dhino Mulia, A., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., & Pendidikan Olahraga, J. (2018). *Pengaruh Interval Training Terhadap Kemampuan Daya Tahan Aerobik Pemain Futsal* (Vol. 5, Number 2).
- Faisal, J., & Sepdanius, E. (2020). *Pengaruh Latihan Interval Training Terhadap Daya Tahan Anaerobic Pemain Futsal Klub Putri Kabupaten Siak*. *Jurnal Stamina*, 3(2), 112–123.
- Hafni Sahir, S. (n.d.). *Metodologi Penelitian*.
- Harsono, H. (2015). *Kepelatihan olahraga, teori dan metodologi*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.

- Iqbal, M. I., Asmawi, M. A., Tangkudung, J. T., Dlis, F. D., & Saputra, S. A. (2019). Interactive multimedia development in futsal basic techniques. *Journal of Education, Health and Sport*, 9(10), 121-131.
- Ihsan, M. F., Purba, A., Goenawan, H., Graha, A. S., & Womsiwor, D. (2021). Measurable training program to improve physical performance: literature review. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 7(2), 159-179.
- Kusumawati, M. (2015). Penelitian pendidikan penjasorkes. *Bandung: Alfabeta*.
- Laili, N., Purnama, K., & Susanto, I. H. (n.d.). *Analisis Sistem Strategi Menyerang Yang Digunakan Klub Putri Musi Rawas Pada Women Profesional Analisis Sistem Strategi Menyerang Yang Digunakan Klub Putri Musi Rawas Pada Women Profesional Futsal League 2020*.
- Muhamad, M., Hanif, A. S., & Haqiyah, A. (2022). *Statistika dalam pendidikan dan olahraga*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Muhammad, I., Moch, A., James, T., Firmansyah, D., & Surya, S. (2019). The journal has had 5 points in Ministry of Science and Higher Education parametric evaluation. *Journal of Education*, 9(10), 2391–8306.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). Ilmu kepelatihan dasar. *Bandung: Alfabeta*, 116118.
- Nugroho, M. A., Ardy, D., Dosen, K., Kelelahan Olahraga, P., Keolahragaan, I., & Surabaya, U. N. (n.d.). *Pengaruh Latihan High Intensity Interval Training & Small Sided Games Terhadap Daya Tahan Aerobik Pemain Futsal*.
- Rustiawan, H. (2020). Pengaruh Latihan interval training dengan running circuit terhadap peningkatan vo2max. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(1), 15-28.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. KBM Indonesia.
- Syafaruddin, O. : (n.d.). *Tinjauan Olahraga Futsal*.
- Tauba, R. F., & HB, B. (2021). Pengembangan instrumen tes dribbling pada permainan futsal menggunakan teknologi mikrokontroler arduino. *Jurnal Keolahragaan*, 9(2), 256–267. <https://doi.org/10.21831/jk.v9i2.41845>

Wahyu Firmansah, M., & Jatmiko, T. (n.d.). *Model Latihan Daya Tahan Pada Sepakbola: A Literature Review*.

Wiguna, I. B. (2021). *Teori dan Aplikasi Latihan Kondisi Fisik-Rajawali Pers*. PT. RajaGrafindo Persada.