

Daftar Pustaka

- Bagus Aryatama. (2022). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Kebugaran Fisik (Daya tahan Aerobik) Siswa BSC Metro.. *Jurnal Olahraga Mahasiswa Universitas PGRI Palembang* 2(1), 41–43.
- Faizal Chan. (2012). Strength Training (Latihan Kekuatan). *Jurnal Cerdas Sifa*, 1, 1–2.
- Febi Yola, & Muhammad Sazeli Rifki. (2020). Pengaruh Latihan Sirkuit (Circuit Training) Terhadap Volume Oksigen Maksimal (Vo2max). Pemain Sekolah Sepakbola. *Jurnal Stamina*, 3(6), 518.
- Hari Adi Rahmad. (2016). Pengaruh Penerapan Daya Tahan Kardiovaskular (Vo2max) dalam Permainan Sepakbola PS Bina Utama. *Jurnal Curricula*, 1(2), 1.
- HARSONO. (2018). *Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif* (Remaja RosdaKarya, Ed.; PHYSICAL FITNESS).
- Ihsan Qalbi Arridho, Padli, John Arwandi, & Ronni Yenes. (2021). Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 3(4), 344.
- Johansyah Lubis. (2013). *Panduan Praktis Penyusunan Program Latihan*. Rajawali Pers.
- Lalu Sapta Wijaya Kusuma. (2017). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola EKACITA FC *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan "GELORA,"* 4(2), 81.
- Mahmoud Al-Haliq. (2015). Using the Circuit Training Method to Promote the Physical Fitness Components of the Hashemite University Students. *Advances in Physical Education*, 171.
- Mia Kusumawati. (2014). Pengaruh Circuit Training Terhadap Daya Tahan Atlet Futsal SWAP Jakarta Dalam Indonesia Futsal League (IFL) 2013. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 3(1), 31.
- Muh. Akmal Almy, & Sukadiyanto. (2014). Perbedaan Pengaruh Circuit Training dan Fartlek Training Terhadap Peningkatan Vo2max dan Indeks Massa Tubuh. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 60–61.
- Muhamad Kharis Moctar, Muhammad Yanuar Rizky, & Nur Ahmad Muharram. (2021). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Aerobik Stamina Pada Pemain Sepakbola Usia 13. *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)*, 4(2), 191.
- Ni Luh Sukerti, I Nyoman Kanca, & I Nyoman Sudarmada. (2017). Pengaruh Latihan Continous Circuit Terhadap Volume Oksigen Maksimal (VO2 MAKS) dan Kapasitas Vital Paru. *Jurnal Ilmu Keolahragaan UNDIKSHA*, 5(3), 12.

- Novan Ardy Wiyani. (2013). *Membumikan pendidikan karakter di SD: Konsep, Praktik dan Strategi* (Cet. ke 1). Ar Ruzz Media.
- Sefri Hardiansyah. (2017). Pengaruh Metode Interval Training Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga. *Jurnal PENJAKORA*, 4(1), 84.
- Subagyo Heri, Rizki Aminudin, & Tedi Purbangkara. (2022). Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Jatisari. *Jurnal Pendidikan Riset Dan Konseptual*, 6(1), 9.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif*.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Jogja Global Media.
- Tudor O. Bumpa, G. H. (2009). *Theory and Methodology of Training* (illustrated). Human Kinetics.

