

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 11–19.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Arifin, R. (2017). Pengaruh latihan daya tahan (endurance) terhadap peningkatan vo2max pemain sepakbola. *Pengaruh Latihan Daya Tahan (Endurance) Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepakbola*, 16(2).
- Atty, J. C., Rohi, I. R., Nafie, A. J., Mae, R. M., & Lika, J. K. (2024). Aerobic Endurance Capacity (Vo<sub>2</sub>Max) Using Bleep Test on Students of Pjkr Study Programme. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 7(1), 134–144.
- Bahtra, R., Fahrozi, U., & Putra, A. N. (2020). Meningkatkan Volume Oksigen Maksimal (VO<sub>2</sub>Max) Melalui Latihan Circuit Training Ekstensif. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 5(2), 201–208.
- Baskoro, D. A. (2016). Hubungan kekuatan otot lengan, VO<sub>2</sub> max dan persepsi kinestetik terhadap akurasi tembakan jarak 50 meter. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 5(3), 130–133.
- Candra, A. T. (2023). Analisis Tingkat Volume Oksigen Maksimal (Vo<sub>2</sub>max) Camaba Prodi Pjkr. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 10–17.
- Da'i, M. (2022). The Effect Of Exercise Rope Jump And Front Cone Hops With Ratio 1: 1, 1: 2 To Power, Limbs Motor Strength, And Vo<sub>2</sub> Max Capacity. *Widyagogik: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 9(2), 281–295. <https://journal.trunojoyo.ac.id/widyagogik/article/view/15430>
- Dahlan, F., & Iskandar, H. (2020). Gambaran Daya Tahan Kardiovaskular (Vo<sub>2</sub>max) Guru Pendidikan Jasmani Kategori Usia Pertengahan (45-59) Tahun Se Luwu Raya. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(1), 137–144.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji*

F, R2). Guepedia.

- Dimiyati, M., Gustiawati, R., & Rahayu, E. T. (2022). Pengembangan Model Latihan Sirkuit Berbasis Teknik Permainan Bola Voli Dalam Ekstrakurikuler Pada Usia (13-15 Tahun). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 74–87.
- Fauzi, M. R. (2017). *Perbedaan Pengaruh Latihan Circuit Training dengan Istirahat Aktif dan Circuit Training Istirahat Pasif terhadap Kemampuan Vo2max pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli SMP Negeri 1 Gondangrejo Tahun Pelajaran 2016/2017*.
- Hentu, N. M. (2022). *Pengaruh Weight Training Metode Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo2max Pada Mahasiswa Sedentary Akibat Pandemi Covid 19 Di Universitas Muhammadiyah Malang*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hidayatullah, F. (2018). Hubungan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Basket Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Olahraga STKIP PGRI Bangkalan. *Journal Sport Area*, 3(1), 28. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(1\).1555](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(1).1555)
- Ilyas, I., & Almunawar, A. (2020). Profil kebugaran jasmani siswa ekstrakurikuler bola voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 1(1), 37–45.
- Iswahyudi, N., Fajar, M. K., Sugeng, I., & Derana, G. T. (2020). Latihan circuit training terhadap peningkatan daya tahan aerobik (VO2 Max). *Jurnal Autis: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 9(2), 61–69.
- Jarkasih, I., & Fardi, A. (2020). Pengaruh Pemberian Gula Aren Dalam Latihan Daya Tahan Terhadap Kapasitas VO2 Max SSB Tan Malaka. *Jurnal Patriot*, 2(1), 301–314.
- Ketut, S. I., Santika, S. I. G. P. N. A., & Dei Agustinus. (2021). Pengaruh Pelatihan Circuit Training Terhadap Kelincahan Atlet Sepakbola. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 230–238. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/1025>
- Kristiyanto, A. et. al. (2019). National Seminar Sport Science 2019: Peranan Perguruan Tinggi Untuk Mewujudkan Kemandirian dan Daya Saing

- Bangsa Menuju Kepeloporan Industri Olahraga 4.0. *Pascasarjana Universitas Sebelas Maret*, 15(2), 1–179.
- Kurniawan, F., & Mylsidayu, A. (2017). Development of futsal basic technique training model for beginner based on playing methods. *JIPES-Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 3(1), 26–32.
- Kusuma, D. W. C. W., & Sugyanto, H. (2020). Pengaruh circuit training terhadap peningkatan VO2 max atlet bola basket. *Lentera Pendidikan Indonesia: Jurnal Media, Model, Dan Pengembangan Pembelajaran*, 1(1), 14–21.
- Mardius, A., Siswara, M. R., Erianti, E., Astuti, Y., & Rosmawati, R. (2020). Sosialisasi Tes Kemampuan Daya Tahan Cardiovascular (Vo2max) dengan Menggunakan Audio Bleep Test pada Perguruan Perisai Diri Semen Padang. *Widya Laksana*, 9(2), 183–188.
- Mayya. (2019). Tingkat daya tahan aerobik. *Repository Tugas Akhir Arsitektur Itenas*.
- Megy Yuli Yanti, Wahyu Setia Kusahyaning Putri, & Hilmy Aliriad. (2021). Minat Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 1(1), 1–4. <https://doi.org/10.32665/citius.v1i1.185>
- Moctar, M. K., Rizky, M. Y., & Muharram, N. A. (2021). Pengaruh latihan circuit training terhadap aerobik sistem dan stamina pada pemain sepakbola usia 13. *Jurnal Porkes*, 4(2), 189–197.
- Muharram, N. A., & Kurniawan, W. P. (2019). Pengembangan Model Latihan Fartlek Untuk Meningkatkan Kemampuan Fisik Pemain Bolavoli (Studi Pengembangan Pada Pemain Bola Voli Putra Tingkat Intermediet Di Kota Kediri). *JURNAL KOULUTUS*, 2(1), 50–60.
- Muslimin, M., & Darma, U. B. (2021). Pengembangan Perangkat Tes Dan Pengukuran Passing Bola Voli Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Olahraga Perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Dalam Permainan Bola Pengukuran Keterampilan Permainan Bola Voli. *March*. <https://doi.org/10.5614/sostek.itbj.2018.17.2.11>
- Nawir, N., Jamaluddin, J., & Herman, H. (2019). Penerapan latihan Circuit Training kepada atlet sepaktakraw Sulawesi Selatan. *Seminar Nasional*

*Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2018(4), 258–260.  
[https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=en&user=jDDRnNIAAAAJ&pagesize=100&citation\\_for\\_view=jDDRnNIAAAAJ:Y0pCki6q\\_DkC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=jDDRnNIAAAAJ&pagesize=100&citation_for_view=jDDRnNIAAAAJ:Y0pCki6q_DkC)

- Ningsih, H. P., & Jatmiko, T. (2021). Identifikasi Kondisi Fisik Terhadap Atlet Gulat Putra Surabaya Wrestling Club Pada Masa Pandemi Covid-19. 96–104.
- Payadnya, I. P. A. A., & Jayantika, I. G. A. N. T. (2018). Panduan penelitian eksperimen beserta analisis statistik dengan spss. Deepublish.
- Permainan, P., Melalui, S., & Taktis, P. (2017). Bravo"s Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan STKIP PGRI Jombang ISSN: 2337-7674. *Bravo"s Jurnal*, 5(1), 1–10.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). Metode penelitian kuantitatif. Pascal Books.
- Primasari, I. N., & Widodo, A. (2021). Analisis Standar Minimal Daya Tahan Kardiovaskular Vo2Max Untuk Seleksi Atlet Bolavoli Putra Usia 15-16 Tahun. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(01), 247–254.
- Rachmalia, D. S., & Lengkana, A. S. (2022). Profil Kondisi Fisik Atlet Bola Voli Pada Klub Tectona Kota Bandung. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 6(2), 91–100.
- Ramadhan, N. (2015). Penerapan Aktivitas Irama Audio Pembelajaran Terhadap Tingkat Kecemasan dan Motivasi Intrinsik Siswa Tunanetra. 1–16.
- Rosti, R. (2022). Latihan Kemampuan Daya Tahan Jantung dan Paru-Paru.
- Rustiawan, H. (2020). Pengaruh Latihan Interval Training Dengan Running Circuit Terhadap Peningkatan Vo2Max. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(1), 15. <https://doi.org/10.25157/wa.v7i1.3108>
- Saputra, D. I. M., & Gusniar, G. (2019). Meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli melalui bermain melempar bola. *Gelanggan Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 64–73.
- Saputra, N., & Aziz, I. (2020). Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bolavoli Putra Sma 2 Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 46–55.
- SP, A. D., Kurniawan, F., & Rahayu, E. T. (2022). Pengaruh Latihan Sirkuit

- Terhadap Kemampuan Teknik Dasar Pembelajaran Permainan Bola Voli Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(23), 11–18.
- Sridevi, N., Donie, D., & Masrun, M. (2024). Pengaruh Latihan Drill Dengan Metode Circuit Training Terhadap Keterampilan Passing Bawah Bolavoli. *Gladiator*, 4(1), 276–288.
- Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2023). Profil Kebugaran Jasmani Aspek Daya Tahan Vo2max Siswa SD Negeri 27 Bengkulu Tengah: Profile of Physical Fitness Aspects of Endurance VO2 Max of Students at SDN 27 Bengkulu Tengah. *SPORT GYMNASTICS: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 163–172.
- Sumintarsih, S., Saptono, T., Mustofa, H., & Indriharta, L. (2023). Perbandingan Circuit Training dan Interval Training Terhadap Vo2 Max Dengan Indeks Massa Tubuh Pemain Bola Voli. *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (Online)*, 687–696.
- Suryadi, D., Samodra, Y. T. J., & Purnomo, E. (2021). Efektivitas latihan weight training terhadap kebugaran jasmani. *Journal Respects*, 3(2), 9–19.
- Syaiful, A., Widodo, D. P., & Kardi, I. S. (2023). Studi Eksperimen Latihan Treadmil dan Circuit Training terhadap Kemampuan VO2Max Atlet Bolavoli FKIP UNCEN. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(3), 326–332.
- Teguh, M. T. S., Wulan, T. N., & Juansah, D. E. (2023). Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif dan Kualitatif pada Metode Penelitian. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(3), 5962–5974.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah*, 1(1), 342–351.
- Usmadi, U. (2020). Pengujian persyaratan analisis (Uji homogenitas dan uji normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1).
- Waluyo, E., Septian, A., Jerilian, E., Hidayat, I. N., Prahadi, M. A., Prasetyo, T., & Sabilah, A. I. (2024). Analisis Data Sample Menggunakan Uji Hipotesis Penelitian Perbandingan Menggunakan Uji Anova Dan Uji T. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 2(6), 775–785.

- Wassalwa, M., Siregar, H. D., Janani, K., & Harahap, I. S. (2024). Analisis uji hipotesis penelitian perbandingan menggunakan statistik parametrik. *Al Ittihadu*, 3(1), 67–79.
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji persyaratan analisis. *Klik Media*.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.
- Yani, J. A., & Bojonegoro, N. (2023). *Kata kunci: Pola Latihan, Imagery, Bolavoli*. 4(1), 107–121.
- Yulia, N. O., Masrun, M., Afrizal, S., & Sin, T. H. (2023). Pengaruh Latihan Circuit Training Dan Interval Training Terhadap Peningkatan VO2Max Atlet SSB Putra Wijaya Padang. *Gladiator*, 3(2), 119–134.
- Yusuf, P. M., Zainuddin, F., & Suprawesta, L. (2017). Pengaruh Latihan Circuit Training dan Small Side Game terhadap Peningkatan Vo2 Max Pada klub futsal monster United Tahun 2017. *Prosiding Seminar Nasional Pendidik Dan Pengembang Pendidikan Indonesia*, 1(1), 460–465.



UNUGIRI