

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizon, J., & Fikri, A. (2024). Pengaruh Model Latihan Passing Terhadap Keterampilan Passing Pada Para Santri Di Pondok Pesantren Sabilul Hasanah Sembawa. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 5(1), 402–409. <https://doi.org/10.37742/jmpo.v5i1.103>
- Ainin, M. (2013). Penelitian Pengembangan Dalam Pembelajaran Bahasa Arab. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*, 7. <https://doi.org/10.19105/ojbs.v7i2.449>
- Almy, M. A., & Sukadiyanto, S. (2014). Perbedaan Pengaruh Circuit Training Dan Fartlek Training Terhadap Peningkatan Vo2max Dan Indeks Massa Tubuh. *Jurnal Keolahragaan*, 2(1), 59–68. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i1.2603>
- Ameldi, R., & Ahsyar, T. K. (2018). Sistem Informasi Reservasi Lapangan Futsal Berbasis Android Pada Lapangan Futsal. *Jurnal Ilmiah Rekayasa Dan Manajemen Sistem Informasi*, 4(1), 81–90. <https://doi.org/10.24014/rmsi.v4i1.5619>
- Amiq, F. (2014). Futsal (Sejarah, Teknik Dasar, Persiapan Fisik, Strategi, Dan Peraturan Permainan). In *Malang: Universitas Negeri Malang*. Universitas Negeri Malang.
- Anas Sudijono. (2017). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.
- Aprilia, K. N. (2018). Analisis Penerapan Prinsip-Prinsip Latihan Terhadap Peningkatan Kondisi Fisik Atlet Bulu Tangkis Pplop Jawa Tengah Tahun 2017/2018. *Journal Power Of Sports*, 1(1), 55. <https://doi.org/10.25273/jpos.v1i1.2210>
- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ukm Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.122>
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *Jurnal Ihsan: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9.

<https://doi.org/10.61104/Ihsan.V1i2.57>

- Ashfahani, Z. (2020). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Tim Futsal Universitas Pgri Semarang. *Journal Of Sport Coaching And Physical Education*, 5(2), 63–67. <https://doi.org/10.15294/Jscpe.V5i2.36823>
- Bahtra, R., Fahrozi, U., & Putra, A. N. (2020). Meningkatkan Volume Oksigen Maksimal (Vo₂max) Melalui Latihan Circuit Training Ekstensif. *Juara : Jurnal Olahraga*, 5(2), 201–208. <https://doi.org/10.33222/Juara.V5i2.979>
- Budi, M. F. S., & Sugiharto. (2015). Circuit Training Dengan Rasio 1:1 Dan Rasio 1:2 Terhadap Peningkatan Vo₂ Max. *Journal Of Sport Sciences And Fitnes*, 4(3), 53–58. <https://doi.org/10.15294/Jssf.V4i3.7386>
- Buya, P. A., Doortje Tamunu, & Sumarauw, F. D. (2021). Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 108–122. <https://doi.org/10.53682/Pj.V2i1.1120>
- Cahyadi, R. A. H. (2019). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Addie Model. *Islamic Education Journal*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.21070/Halaqa.V3i1.2124>
- Fikri, A., Pratama, R. R., Widiastuti, Samsudin, Muslimin, Haqiyah, A., Ramadhan, A., Hardiyono, B., & Hidayat, A. (2022). Tennis Ball Exercise: Variation To Increase Arm Muscle Strength In Martial Athletes At Sriwijaya State Sports School. *International Journal Of Human Movement And Sports Sciences*, 10(5), 964–972. <https://doi.org/10.13189/Saj.2022.100513>
- Firmansyah, D. (2023). Pengaruh Modifikasi Permainan Basdor Terhadap Hasil Belajar Dribble Bola Basket Pada Siswa Kelas X Man 8 Jombang. *Artikel Jasmani*, 7. <https://doi.org/10.31004/Jptam.V7i3.12029>
- Gustiani, S. (2019). Research And Development (R&D) Method As A Model Design In Educational Research And Its Alternatives. *Jurnal Holistik*, 11.
- Hakim, A. L., Subandowo, M., & Rohman, U. (2020). Pengaruh Circuit Training Dan Interval Training Dalam Tes Kebugaran Jasmani Pada Ektrakurikuler

- Futsal Siswa Smp. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(April), 86–95. <https://doi.org/10.36526/Kejaora.V5i1.847>
- Hanief, Y. N. (2022). Kontribusi Komponen Fisik Dengan Performa Olahraga Petanque: Studi Meta Analisis. *Dharmas Journal Of Sport*, 2(1), 08–17. <https://doi.org/10.56667/Djs.V2i1.626>
- Harsono. (2015). *Kepelatihan Olahraga Teori Dan Metodologi*. Remaja Rosdakarya.
- Hasanah, H. (2016). Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial). *Journal Walisongo*, 8, 21–46. <https://doi.org/10.21580/At.V8i1.1163>
- Hasyim, I., Haris, I. N., & Mudian, D. (2018). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bulu Tangkis (Study Eksperimen Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulu Tangkis Ma Miftahul'ulum. *Jurnal Ilmiah Fkip Universitas Subang*, Vol. 4(1).
- Ichsanudin, I., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 10–13. <https://doi.org/10.33365/Joupe.V1i2.587>
- Ihsan, A., Asyhari, H., Sufitriyono, & Kamaruddin, I. (2022). Pengukuran Komponen Fisik Atlet Pon Cabang Olahraga Dayung Sulawesi Selatan. *Abdikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(2), 218–224. <https://doi.org/10.55123/Abdikan.V1i2.291>
- Jamaludin, Lalu Hulfian, & Kusuma, L. S. W. (2023). Metode Latihan Sirkuit Dan Interval Dapat Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Futsal. *Jurnal Porkes*, 6(1), 279–291. <https://doi.org/10.29408/Porkes.V6i1.16918>
- Juntara, P. E. (2019). Latihan Kekuatan Dengan Beban Bebas Metode Circuit Training Dan Plyometric. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 8(2), 6–19. <https://doi.org/10.36706/Altius.V8i2.8705>
- Kadir, S., Dulanim, H., B. Usman, A., Duhe, E. D. P., & Hidayat, S. (2022). Evaluasi Komponen Kondisi Fisik Atlet Karate. *Jambura Journal Of Sports*

- Coaching*, 4(1), 29–38. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v4i1.13445>
- Kuntjoro, B. F. T. (2020). Rasisme Dalam Olahraga. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 69. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v7i1.19503>
- Kusumawati, M. (2013). Pengaruh Circuit Training Terhadap Daya Tahan Atlet Futsal Swap Jakarta Dalam Indonesia Futsal League (IFL) 2013. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 27–34. <https://doi.org/10.31571/jpo.v3i1.135>
- Lalu Sapta Wijaya Kusuma. (2017). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Vo2max Pemain Sepak Bola Ekacita Fc. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan "Gelora,"* 4(September), 2–5. <https://doi.org/10.33394/gjpok.v4i2.550>
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepakbola Untuk Pemula Usia Sma. *Sport Science And Education Journal*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33365/ssej.v1i2.823>
- Mashud, M., Hamid, A., & Abdillah, S. (2019). Pengaruh Komponen Fisik Dominan Olahraga Futsal Terhadap Teknik Dasar Permainan Futsal. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 10(1), 28–38. <https://doi.org/10.21009/gjik.101.04>
- Mongi, N. S., & Hendry. (2021). Model Addie Adalah Aktivitas Pembelajaran Interaktif Dengan Beberapa Langkah Dasar Yang Efektif Dan Dinamis. *Jurnal Sistem Komputer Dan Informatika*, 2(2019), 269–276. <https://doi.org/10.30865/json.v2i3.2920>
- Mulya, G., & Millah, H. (2019). Pengaruh Latihan Ladder Drill Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola. *Jurnal Segar*, 8(1), 1–10. <https://doi.org/10.21009/segar/0801.01>
- Mulyono, M. A. (2017). *Buku Pintar Futsal*. Anugrah.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar (Alfabeta)*. Alfabeta.
- Narlan, A., Juniar, D. T., & Millah, H. (2017). Pengembangan Instrumen

Ketrampilan Olahraga Futsal. *Jurnal Siliwangi*, 3(2), 241–247.
<https://doi.org/10.37058/jspendidikan.v3i2.268>

Nugraha, A., Mubarak, M. Z., & Ramadhan, R. (2021). Pengaruh Circuit Training Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik Pemain Futsal. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 30–35.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/jsi/article/view/22001%0ahttps://jurnal.umj.ac.id/index.php/jsi/article/download/22001/10311>

Palar, C. M., Wongkar, D., & Ticoalu, S. H. R. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1).
<https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7127>

Pramono, D., & Mahfud, I. (2022). Penerapan Model Latihan Shooting Futsal Pada Ekstrakurikuler Smk Amal Bakti Jatimulyo. *Journal Of Physical Education*, 3(2), 34–40. <https://doi.org/10.33365/joupe.v3i2.2070>

Prativi, G. O. (2013). Pengaruh Aktivitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani. *Journal Of Sport Sciences And Fitness*, 2(3), 32–36.
<https://doi.org/10.15294/jssf.v2i3.3864>

Putri, A. E., Donie, Fardi, A., & Yenes, R. (2020). Metode Circuit Training Dalam Peningkatan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Daya Ledak Otot Lengan Bagi Atlet Bola Basket. *Jurnal Patriot*, 2, 680–691.
<https://doi.org/10.24036/patriot.v2i3.661>

Rahman, F. J. (2018). Peningkatan Daya Tahan, Kelincahan, Dan Kecepatan Pada Pemain Futsal: Studi Eksperimen Metode Circuit Training. *Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 264.
https://doi.org/10.29407/js_unpgr.v4i2.12466

Rinaldi, M., & Rohaedi, M. S. (2020). *Buku Jago Futsal*. Cemerlang Media.

Satria, M. H. (2019). Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Daya Tahan Aerobik Pemain Sepakbola Universitas Bina Darma. *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 11(01), 36–48.
<https://doi.org/10.33557/jedukasi.v11i01.204>

- Sepriadi, S., Sefri Hardiansyah, & Hilmainur Syampurma. (2017). Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Berdasarkan Status Gizi. *Sport Science Journal*, 7. <https://doi.org/10.15294/miki.v7i1.10934>
- Setiawan, H., Okilanda, A., Ihsan, N., Komaini, A., Rozi, M. F., Arnaldo, Y., & Fikri, A. (2023). *The Effect Of Zig-Zag Dribbling And Triangle Dribbling On Futsal Skills For U13 Athlete Using Video*. 11(1), 253–260. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110129>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Jogja Global Media.
- Sumarsono, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drill Dan Agility Leader Terhadap Koordinasi Kaki Anggota Ukm Futsal Universitas Musamus Merauke. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.36706/altius.v6i1.8220>
- Suwasono, & W, I. D. (2017). Optimasi Akurasi Deteksi Goal Gawang Futsal Dengan Metode Square Grid. *Jurnal Pendidikan*, 341–349. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v2i3.8596>
- Syafaruddin. (2018). Tinjauan Olahraga Futsal. *Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*. <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8108>
- Syakur, M. A., Badruzaman, , & Paramitha, S. T. (2017). Pengembangan Alat Bantu Latihan Pelontar Bola Futsal Berbasis Mikrokontroler Dengan Menggunakan Software Pemograman Arduino. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahraaan*, 2(1), 29. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v2i1.4963>
- Taufik, M. S. (2019). Hubungan Tingkat Konsentrasi Dengan Keterampilan Bermain Futsal Unit Kegiatan Mahasiswa Futsal Universitas Suryakencana. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahraaan*, 10(02), 68–78. <https://doi.org/10.21009/gjik.102.01>
- Tegeh1, I. M., & Kirna, I. M. (2013). Pengembangan Bahan Ajar Metode Penelitian Pendidikan Dengan Addie Model. *Jurnal Ika*, 11.

<https://doi.org/10.23887/ika.v1i1.1145>

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan, Uu No 11 1 (2022). Undang-Undang (Uu) Nomor 11 Tahun 2022

Venkatachalapathy, D. R. (2021). Effect Of Circuit Training Programme On Speed And Agility. *International Journal Of Recent Research And Applied Studies*, 8(7), 6–11. https://scholar.archive.org/work/kdkobcpucnfqbdfgjag2krm76m/access/wayback/http://ijrras.com/?media_dl=2548&edmc=2548

Wahyudi, A. N. (2018). Pengaruh Latihan High Intensity Interval Training (Hiit) Dan Circuit Training Terhadap Kecepatan , Kelincahan , Dan Power Otot Tungkai. *Journal Of Sport And Exercise Science*, 1(2). <https://doi.org/10.26740/jses.v1n2.p47-56>

Widiastuti. (2015). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Raja Grafindo.

Yuliani, W., & Banjarnahor, N. (2021). Metode Penelitian Pengembangan (Rnd) Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 5(3), 111–118. <https://doi.org/10.22460/q.v5i3p111-118.3051>

Zainul Arifin. (2018). Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (Skj) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di Min Donomulyo Kabupaten Malang. *Journal Of Education*, 1(1), 22–29. <https://doi.org/10.32478/al-mudarris.v1i1.96>