

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Aini, T. R. N., Rahfiludin, M. Z., & Kartini, A. (2019). Hubungan persen lemak tubuh dan kadar hemoglobin dengan kapasitas VO2Max atlet bulutangkis (studi di UKM bulutangkis Universitas Negeri Semarang dan Universitas Diponegoro). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(4), 1–4. <https://doi.org/10.14710/mkmi.18.4.1-4>
- Amin, B. F., & Musa, M. (2022). Hubungan antara gaya hidup dan tingkat kebugaran volunteer penggerak olahraga Provinsi DKI Jakarta. *Journal Sport Coaching and Education*, 6(1).
- Annisa, M. N., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2021). Peran ekstrakurikuler dalam meningkatkan karakter kewarganegaraan siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 7286–7291.
- Arifudin, O. (2022). Optimalisasi kegiatan ekstrakurikuler dalam membina karakter peserta didik. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829–837. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i3.492>
- Aryasatya, R. P., Handayani, S., Ghozali, D. A., & Wiyono, N. (2024). Hubungan indeks massa tubuh dengan VO2Max dan indeks kebugaran pada pemain sepak bola. *Plexus Medical Journal*, 3(3), 100–111. <https://doi.org/10.20961/plexus.v3i3.618>
- Avissa, A., Kuswari, M., Nuzrina, R., Gifari, N., & Melani, V. (2021). Pengaruh program latihan olahraga dan edukasi gizi terhadap komposisi tubuh, lingkaran perut dan lingkaran panggul pada wanita usia produktif di depok. *Physical Activity Journal*, 2(2), 176. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2021.2.2.3947>
- Candra, O. (2020). Tingkat kemampuan VO2Max pada atlet bola basket puteri POMNAS Riau. *Journal Sport Area*, 5(2), 106–115. [https://doi.org/10.25299/sportarea..vol\(\).3761](https://doi.org/10.25299/sportarea..vol().3761)
- Candra, O., Rahmadani, A., Wahyuni, P., Oktaviandi, A., & Khairullah, R. P. (2023). Penyuluhan pentingnya peningkatan vo2max guna meningkatkan kondisi fisik pemain pada atlet bola basket SMA Al Azhar Syfa Budi Pekanbaru II. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(11). <https://doi.org/bajangjournal.com/index.php/JPMIS>
- Candra, O., Zulrafla, Kamaruddin, & Rahmadani, A. (2023). Sosialisasi teknik dasar bola basket pada siswa ekstrakurikuler bola basket Sd Al Azhar 37 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(6), 1–8.

<http://bajangjournal.com/index.php/JPM>

- Fadli, A., & Hariyoko, H. (2022). Survei indeks massa tubuh dan tingkat daya tahan kardiovaskular (VO2Max) peserta ekstrakurikuler olahraga Sekolah Menengah Atas. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 12(2), 59–73. <https://doi.org/10.33558/motion.v12i2.7914>
- Fajar, U., & Yanni, M. (2020). Peran Lemak Epikardial Pada Penyakit Jantung Koroner Stabil. *Human Care Journal*, 5(2), 444. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i2.780>
- Gantarialdha, N. (2021). Hubungan indeks massa tubuh terhadap ketahanan kardiorespirasi dinyatakan dalam VO2Max. *Jurnal Medika Hutama*, 02(04), 1162–1168. <https://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/242>
- Giri, L. H., & Yuliasrid, D. (2022). Hubungan aktivitas fisik dengan vo2max pada tim futsal putra selama pandemi covid 19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10, 25–30.
- Harliawan, M., & Hasyim, H. (2024). *Pembelajaran permainan bola basket*. PT Nasya Expanding Management.
- Hasyim, A. H. (2020). Hubungan kelentukan pergelangan tangan dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan bola basket mahasiswa Penjaskesrek STKIP YPUP Makassar. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.32529/glasser.v4i2.684>
- Herliana, A., Setiawan, V. A., & Prasetyo, R. T. (2018). Penerapan Inferensi Backward Chaining Pada Sistem Pakar Diagnosa Awal Penyakit Tulang. *Jurnal Informatika*, 5(1), 50–60. <https://doi.org/10.31311/ji.v5i1.2818>
- Hidayah, Z. N. (2024). *Pengaruh Interval Training Terhadap Peningkatan Kardiorespiratori Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Baturraden*. Universitas Jenderal Soedirman.
- Iriandi, A. M., Irawan, D. S., & Rahim, A. F. (2024). Hubungan antara physical activity dan tebal lemak subkutaneus pada mahasiswi dengan berat badan lebih (overweight) dan obesitas. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 3138–3148.
- Irmansyah, F., & Hariyoko. (2024). Analisis indeks massa tubuh dan tingkat daya tahan kardiovaskular (VO2Max) siswa kelas keberbakatan cabor sepak bola di SMA. *Maximal Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya Dan Pendidikan*, 5(5), 192–200. <https://doi.org/https://malaqbiipublisher.com/index.php/MAKSI/article/view/188>
- Jayanti, R., Huldani, & Asnawati. (2019). Hubungan persen lemak tubuh dengan kapasitas oksigen maksimal pada calon jemaah haji. *Homeostasis*, 2(1), 87–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/ht.v2i1.432>

- Kamnuron, A., Hidayat, Y., & Nuryadi, N. (2020). Perbedaan kepercayaan diri pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2), 133. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2394>
- Kemdikbud. (2024). *Tes daya tahan kardiorespirasi: multi-stage fitness test*. Diakses pada Oktober 11, 2024 dari <https://kebugaran-pusmendik.kemdikbud.go.id>
- Kurniawan, W., Rahadiani, D., Ruqayyah, S., & Priono, R. I. P. (2024). Hubungan jenis kelamin, indeks massa tubuh, lama latihan dan tipe cabang olahraga dengan volume oksigen maksimal (VO2Max) pada atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar (PPLP) NTB. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), 1523–1535. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i4.14223>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. [http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku pemantauan aktivitas fisik.pdf?sequence=1](http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku%20pemantauan%20aktivitas%20fisik.pdf?sequence=1)
- Listiandi, A. D., Budi, D. R., Hidayat, R., Febriani, A. R., Purnamasari, A. D., Heza, F. N., & Bakhri, R. S. (2022). Identifikasi body composition (healthy fitness zone) dan resiko cedera pada pemain bola basket SMA. *Physical Activity Journal*, 3(2), 203. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2022.3.2.5701>
- Listiandi, A. D., Budi, D. R., Suhartoyo, T., Hidayat, R., & Bakhri, R. S. (2020). Healthy fitness zone: identification of body fat percentage, body mass index, and aerobic capacity for students. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(3), 657–673. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i3.14936
- Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Q. H. Abdau (ed.)). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga. <http://tarbiyah.uin-suka.ac.id/>
- Mukti, A., Nasihin, S. R., Hanan, H., & Rohmatullayaly, E. N. (2024). Perbandingan Ukuran dan Komposisi Tubuh antara Mahasiswa Laki-Laki Atlet dan Non Atlet Universitas Padjadjaran. *Jurnal Sumberdaya Hayati*, 10(4), 170–174. <https://doi.org/10.29244/jsdh.10.4.170-174>
- Murbawani, E. A. (2017). Hubungan persen lemak tubuh dan aktivitas fisik dengan tingkat kesegaran jasmani remaja putri. *Journal of Nutrition and Health*, 5(2), 69–84. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/actanutrica/article/download/15351/13571>
- Mustafa, P. S. (2023). Pertumbuhan dan Perkembangan Otot, Tendon, Ligamen, Tulang, Sendi, Axis dalam Gerak serta Upaya untuk Pengoptimalan Kualitas Gerak pada Peserta Didik: Sebuah Tinjauan. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(2), 1–14. <https://doi.org/10.69503/medika.v3i2.588>

- Nadhiroh, N., Dewi, A. P., Muharramah, A., & Pratiwi, A. R. (2023). Hubungan status (IMT/U) dengan kebugaran (VO2Max) pada siswa-siswi kelas XI SMA IT Insan Mulia Boarding School. *Jurnal Gizi Aisyah*, 6(2), 148–156. <https://doi.org/10.30604/jnf.v6i2.1406>
- Nickevin, R., & Puspita Sari, Y. (2021). Pengaruh latihan dribbling dengan model bermain terhadap hasil dribbling permainan bola basket. *Jurnal Edukasimu*, 1(3), 2021–2022. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/44>
- Novitasari, A., & Setiarini, A. (2019). Hubungan komposisi tubuh dengan VO2Maks pada atlet remaja dan dewasa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(1), 35. <https://doi.org/10.3157/jpo.v8i1.1066>
- Nugroho, R. A., Gumantan, A., & Yuliandra, R. (2022). Analisis daya tahan VO2Max pada atlet bola basket. *Jurnal Olahraga Papua*, 1(1), 25–33. <https://doi.org/10.31957/jop.v1i1.1244>
- Nurhasan, H., & Cholil, D. (2007). *Tes dan pengukuran keolahragaan*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). Modul Guru Pembelajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. In *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM) Banten. www.ypsimbanten.com
- Penggalih, M. H. S., Hardiyanti, M., & Sani, F. I. (2016). Pengaruh perbedaan intensitas latihan atlet sepeda terhadap berat badan dan body water. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 5(1).
- Perdana, J. A., & Ulfa, Z. D. (2023). Analisis body composition remaja di daerah aliran sungai (DAS) di Sabangau. *Sport Science*, 4(2), 30–41. <https://ejurnal.teknokrat.ac.id/index.php/sport/article/view/3225%0A>
- Pranata, D. Y. (2017). Hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat VO2Max pemain sepak bola STKIP BBG. *Jurnal Penjaskesrek*, 4(1), 64–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.46244/penjaskesrek.v4i1.780>
- Pratama, A., & Zulfahmidah, Z. (2021). Gambaran indeks massa tubuh (IMT) pada mahasiswa. *Indonesian Journal of Health*, 2(01), 1–7. <https://doi.org/10.33368/inajoh.v2i1.29>
- Pratama, R., Aisyah, S. A., Sirodj, R. A., Afgan, M. W., Islam, U., Raden, N., Palembang, F., Info, A., & History, A. (2023). Correlational research. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6, 1754–1759. <https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1420>
- Primasari, I. N., & Widodo, A. (2021). Analisis standar minimal daya tahan kardiovaskular VO2Max untuk seleksi atlet bola voli putra. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 09, 247–254. <https://www.academia.edu>

- Putra, S., Syahrani Jailani, M., & Hakim Nasution, F. (2021). Penerapan prinsip dasar etika penelitian ilmiah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27876–27881.
- Putri Bastian, L., & Pitara Mahanggoro, T. (2012). Perbedaan tingkat endurance antara pria bertipe kepribadian A dan pria bertipe kepribadian B. *Mutiara Medika*, 12(3), 195–200. <https://doi.org/10.18196/MMJJK.V12I3.1048>
- Rohendi, A., Rustiawan, H., & Maryati, S. (2020). Hubungan persentase lemak tubuh terhadap tingkat kebugaran jasmani. *Jurnal Wahana Pendidikan*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.25157/wa.v7i1.3068>
- Ruslim, D., Destra, E., Gunaidi, F. C., & Fadhila, A. I. (2024). Deteksi dini obesitas melalui pemeriksaan komposisi tubuh pada populasi usia produktif di SMAN 75 , Jakarta Utara. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 4(3), 263–268. <https://doi.org/10.56910/safari.v4i3.1664>
- Safitri, F., Muis, S. F., Sukmadianti, A., SS, D., & Khairuddin. (2020). Kesesuaian lingkaran pergelangan tangan terhadap persentase lemak tubuh total dan lemak visceral. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 8(2).
- Sandi, I. N. (2019). Sumber dan Metabolisme Energi dalam Olahraga. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(2), 69–72. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3340183>
- Santika, I. G. P. N. A. (2016). *Pengukuran tingkat kadar lemak tubuh melalui jogging selama 30 menit mahasiswa putra semester iv fpok ikip pgri bali tahun 2016 FPOK IKIP PGRI BALI TAHUN 2016. 1*, 89–98.
- Sari, R. K., Hadi, J. P., & Wijayaningrum, L. (2019). Hubungan antara indeks massa tubuh dan tingkat kebugaran jasmani dengan mengukur VO2Maks pada nelayan penyelam di kelurahan Kedung Cowek Surabaya. *Hang Tuah Medical Journal*, 16(2), 196. <https://doi.org/10.30649/htmj.v16i2.117>
- Sayyidah, Y., & Nastiti, T. (2023). Hubungan antara status gizi dan persen lemak tubuh dengan kebugaran jasmani pada atlet bola basket Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Health Information*, 15(2), 1–9. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1246>
- Seventeen, W. L., Arnova, I., & Fitriano, Y. (2023). Pengaruh Faktor Demografis (Usia, Jenis Kelamin, dan Penghasilan) Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak di Kota Bengkulu. *EKOMBIS REVIEW: Jurnal Ilmiah Ekonomi Dan Bisnis*, 11(2), 1221–1226. <https://doi.org/10.37676/ekombis.v11i2.3971>
- Shilviana, K., & Hamami, T. (2020). Pengembangan kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler. *Palapa*, 8(1), 159–177. <https://doi.org/10.36088/palapa.v8i1.705>
- Siregar, A. A., Gultom, S., Hasibuan, N., Ratno, P., Fitness, K., & Pendahuluan, A. (2024). Pengaruh latihan endurance terhadap peningkatan daya tahan

- kardiovaskular dengan menggunakan aplikasi kelas fitness. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 8(April), 35–43. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24114/so.v8i1.56792>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Susanto, Y. R., & Nurharsono, T. (2022). Tingkat keterampilan teknik dasar bola basket pada klub Putra Dukun Basketball Magelang tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 243–248. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.53437>
- Syari, F. R., Hendrianingtyas, M., & Retnoningrum, D. (2019). Hubungan lingkaran pinggang dan visceral fat dengan kadar ferritin serum pada obesitas. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(2), 701–712.
- Sylvayoga, A. P. N., & Prayoga, A. sandi. (2021). Pembelajaran teknik dasar shooting bola basket dengan modifikasi alat ring gantung dan bola karet untuk meningkatkan hasil belajar siswa SDN Sonorejo I tahun ajaran 2020/2021. *JAS (Journal Active of Sport)*, 1(2), 1–9. <https://ejournal.stkipmodernngawi.ac.id/index.php/JAS/article/view/335%0A>
- Teresa, S., Widodo, S., & Winarni, T. I. (2018). Hubungan body mass index dan persentase lemak tubuh dengan volume oksigen maksimal pada dewasa muda. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(2), 840–853. <https://doi.org/10.14710/dmj.v7i2.20744>
- Tiara, I. C. N., & Supriyono. (2021). Tingkat aktivitas fisik dan komposisi tubuh atlet cabor renang pada masa new normal di club AAC (Abdul Aquatic Course) Semarang tahun 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 13–19. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Wibowo, C., & Dese, D. C. (2019). Hubungan indeks masa tubuh dengan VO2Max pada atlet bolabasket. *Physical Education, Health and Recreation*, 3(2), 19–25. <http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpehr>
- Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). Perbandingan penghitungan massa tubuh dengan menggunakan metode indeks massa tubuh (IMT) dan bioelectrical impedance analysis (BIA). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i1.280>
- Wolter, A., Tangkudung, A., & Nurdin, F. (2024). Hubungan indeks massa tubuh dengan volume oksigen maksimal pada atlet cricket nasional. *Jurnal Segar*, XIII(1), 36–41. <https://doi.org/10.21009/segar/1301.04>
- Wulandari, R. (2023). Hubungan Usia Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Vo2Max Pada Pemain Basket Di Mataram Basketball School Dan Bima Perkasa Academy. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 6(01), 1–5. <https://doi.org/10.36341/jif.v6i01.3158>