

DAFTAR PUSTAKA

- Asiffa, E. (2020). Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi. *Sekolah tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika*, 6-10. Diambil kembali dari <https://digilib.itskesicme.ac.id/ojs/index.php/jic/article/view/549>
- Bintoro, W. (2020). Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan Kecepatan Lari Pemain Sepak Bola. *Universitas Esa Unggul*, 1. Diambil kembali dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/UEU-Undergraduate-20160606012/19858/kecepatan-lari>
- Candra, A. T., & Setiabudi, M. A. (2021). Analisis Tingkat Volume Oksigen (VO2Max) Camaba Prodi PJKR. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 07, 10-17. doi:10.5281/zenodo.4420388.
- Cantwell, J. (1985). Cardiovascular aspects of running. *Clinics in sports medicine*, 627–640.
- Colozza, D. (2019). Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan & Obesitas di Indonesia. *UNICEF*, 8-9. Diambil kembali dari <https://www.unicef.org/indonesia/media/15581/file/Analisis%20Lanskap%20Kelebihan%20Berat%20Badan%20dan%20Obesitas%20di%20Indonesia.pdf>
- Fernandez, G. J., & Saturti Anom, T. I. (2017). Sistem Pernafasan. *Fakultas Kedokteran universitas Udayana*. Diambil kembali dari https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/385d7b9c6a60947ff4f1884689a41ae8.pdf
- Franken, R., Bekhuis, H., & Tolsma, J. (2022). Running Together: How Sports Partners Keep You Running. *Front Sports Act Living*, 4. doi:<https://doi.org/10.3389/fspor.2022.643150>
- Freedman, D. H. (2022, Juni 3). *Center for Disease Control and Prevention*. Diambil kembali dari Center for Disease Control and Prevention: <https://www.cdc.gov/obesity/basics/adult-defining.html#:~:text=If%20your%20BMI%20is%20less,falls%20within%20the%20obesity%20range.>
- Gim, M. N. (2016). The effects of weekly exercise time on VO2max and resting metabolic rate in normal adults. *Journal of physical therapy science*, 1359-1363. doi:<https://doi.org/10.1589/jpts.28.1359>
- Hampton, L. (2022, April 20). *Physiopedia*. Diambil kembali dari Physiopedia: https://www.physio-pedia.com/VO2_Max
- Harira, N., Asnawati, & Huldani. (2013). Perbandingan Nilai VO2 Maks Antara Siswa Terlatih Dengan Siswa Tidak Terlatih : Di SMAN 1 Martapura. *Berkala Kedokteran*. Diambil kembali dari <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/jbk/article/view/914>
- IBM Corp. (2022, Juni 27). *IBM*. Diambil kembali dari IBM: <https://www.ibm.com/support/pages/how-cite-ibm-spss-statistics-or-earlier-versions-spss>

- Jauza, Z., Bachtiar, F., Ismiyasa, S. W., & Sirada, A. (2023). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Bentuk Lengkung Kaki Pada Anak Usia Masa Kanak-Kanak Akhir. *Jurnal Vokasi Indonesia*, 10(2), 1018. doi:10.7454/jvi.v10i2.1018
- Karana, K. P. (2021). *Indonesia: Angka orang yang kelebihan berat badan dan obesitas naik di semua kelompok usia dan pendapatan*. Indonesia: UNICEF. Diambil kembali dari <https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/indonesia-angka-orang-yang-kelebihan-berat-badan-dan-obesitas-naik-di-semua-kelompok>
- Kemkes, P. (2023, April 05). *PROMKES KEMKES*. Diambil kembali dari Promo Kesehatan Kementerian Kesehatan: <https://promkes.kemkes.go.id/mengapa-aktivitas-fisik-sangat-penting-untuk-kesehatan-jantung>
- Kenzu, S. N. (2023). *Jakarta strives to control obesity through health promotion*. Jakarta: Antaranews. Diambil kembali dari <https://kalsel.antaranews.com/berita/379305/jakarta-strives-to-control-obesity-through-health-promotion?>
- Kim, C. H. (2016). The Effect of Aging on Relationships between Lean Body Mass and VO₂max in Rowers. *PloS one*, 11. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0160275>
- Lasanudin, H. V., Ilham, R., & Umani, R. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Peningkatan Kadar Kolesterol Lansia Di Desa Tenggara Kecamatan Tilango. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*. Diambil kembali dari <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jikki>
- Muhammad, Z. (2017). Influence of maximum heart rate predicts method on appropriate exercise intensity via Algerian soccer training programs. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(2), 254-260. doi:10.15314/tsed.323317
- Nur Yahya, A. E. (2019). Pengaruh Diet Pisang Ambon (*Musa acuminata colla*) Terhadap VO₂ Max Mahasiswa FK UMM. *University of Muhammadiyah Malang*. Diambil kembali dari <https://eprints.umm.ac.id/45991/>
- P2PTM Kemenkes RI. (2019, Juni 11). *Kemkes*. Diambil kembali dari Kemkes: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>
- Parwata, I. M. (2017). Hubungan Tinggi Badan dan Berat Badan Terhadap Kecepatan Lari 100 Meter mahasiswa Putra FPOK IKIP PGRI Bali. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 19-27. Diambil kembali dari <https://www.neliti.com/publications/296992/hubungan-tinggi-badan-dan-berat-badan-terhadap-kecepatan-lari-100-meter-mahasiswa#cite>
- Poobalan, A. &. (2016). Obesity Among Young Adults in Developing Countries: A Systematic Overview. *Current obesity reports*, 2-13. doi:<https://doi.org/10.1007/s13679-016-0187-x>
- prabowo. (2014). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Klub Jantung Sehat Mugas Kota Semarang. *Journal of Physical Education*, 6.
- Putra, S. P. (2018). Perbedaan Peningkatan VO₂ Max Dengan Latihan Intervall Intensitas Tinggi Antara Remaja Usia 12-15 Tahun Dengan Berat Badan Overweight Dan

- Undereight. *Universitas Esa Unggul*, 1. Diambil kembali dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/UEU-Undergraduate-201366059/10363/perbedaan-peningkatan-vo2-max-dengan-latihan-interval-intensitas-tinggi-antara-remaja-usia-1215-tahun-dengan-berat-badan-overweight-dan-underweight>
- Rahmi, E. (2016). Pengaruh Latihan Terhadap Peningkatan Ambilan Oksigen Maksimal (VO₂ Maks) Dan MVV Pada Prajurit TNI Latihan Terprogram Dan Tidak Terprogram. *Fakultas Kedokteran Universitas Andalas*.
- RISKEDAS. (2018, September 04). *Kementrian kesehatan RI*. Diambil kembali dari KEMENKES: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19090400004/kurang-aktivitas-fisik-berpotensi-alami-penyakit-tidak-menular.html>
- Samiadi, L. A. (2022, Oktober 27). *Hello Sehat*. Diambil kembali dari Hello Sehat: <https://hellosehat.com/kebugaran/kardio/manfaat-lari-untuk-kesehatan-fisik-mental/>
- Scribbans, T. D. (2022). The Effect of Training Intensity on VO₂max in Young Healthy Adults: A Meta-Regression and Meta-Analysis. *International journal of exercise science*, 230–247. Diambil kembali dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4836566/>
- Shah, H. M. (2022). Effect of body mass index on cardiorespiratory parameters among medical students: a cross-sectional study. *International journal of physiology, pathophysiology and pharmacology*, 4-9.
- Shaw, A. J. (2015). The correlation between running economy and maximal oxygen uptake: cross-sectional and longitudinal relationships in highly trained distance runners. *PLoS one*, 10. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0123101>
- Sopiyudin Dahlan, M., & J, I. D. (2009). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan* (3 ed., Vol. 1). Jakarta: Salmeha Medika. Diambil kembali dari <https://dokumen.pub/statistik-untuk-kedokteran-dan-kesehatan-3nbsped.html>
- Subekti, N., Mulyadi, H., Mulyana, D., & Priana, A. (2021). Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa Pandemi Covid - 19 New Normal Pada Masyarakat DSN. Kalapanunggal Dan DSN. Ancol Kec. Sindang kasih Kab. Ciamis. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 7. Diambil kembali dari <https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jps/article/download/2503/2067>
- Sugiritama, I., Wiyawan, I., Arijana, I., & Ratnayanti, I. (2015). Gambaran IMT (Indeks Masa Tubuh) Kategori Berat Badan Lebih Dan Obesitas Pada Masyarakat Banjar Demulih, Kecamatan Susut, kabuten Bangli. *FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA*, 1. Diambil kembali dari https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_dir/e039c3374728ad312c39d63f0d1454c6.pdf
- T. Bolon, C. M., Siregar, D., & Supinganto, A. (2020). *Anatomi dan Fisiologi*. Medan: Yayasan Kita Menulis. Diambil kembali dari https://www.researchgate.net/publication/345397208_ANATOMI_DAN_FISIOLOGI/link/5fa601c3458515157bf41565/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGF0aW9uIjoiYmxpY2F0aW9uIn9

- Tang, A., Thahir, M., & Hasbiah. (2019). Gambaran Tingkat VO2 Maks Mahasiswa Tingkat I Program Studi D.III. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*.
- Taniyo, S. S. (2020). Perbandingan Konsumsi Oksigen Maksimum Pada Pasien Penyakit Jantung Hipertensi Dan Pasien Hipertensi Di Upt Puskesmas Cipamokolan. *Universitas Islam Bandung Repository*, 18. Diambil kembali dari <http://repository.unisba.ac.id/handle/123456789/30629>
- The Physio Company. (2020, December 18). *The Physio Company*. Diambil kembali dari The Physio Company: <https://www.thephysiocompany.com/blog/2020/12/18/running-injuries-gait-analysis>
- Triyulianti, S. P. (2023). The Effect of High Intensity Interval Training on Maximal Oxygen Uptake (VO2max) in Overweight Adolescents. *International Journal of Aging Health and Movement*, 21-28. doi:<https://doi.org/10.7575/ijahm.v5i1.78>
- Uliyandri. (2009). Pengaruh Latihan Terhadap Perubahan Nilai Konsumsi Oksigen (VO2Max) Pada Siswi Sekolah Bola Voli Tugu Muda Semarang Usia 11-13 Tahun.
- Utami, T. P. (2020, Juni 24). *Universitas Esa unggul*. Diambil kembali dari E- Learning Esa Unggul: <file:///D:/24%20Juni%202023/Modul%20Pertemuan%2011.pdf>
- VOI. (2022, juli 18). *VOI*. Diambil kembali dari VOI: <https://voi.id/lifestyle/191427/biar-enggak-cedera-begini-5-tips-olahraga-lari-untuk-orang-gemuk>
- Warburton DE, N. C. (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *CMAJ*, 801-809. doi:10.1503/cmaj.051351
- Windasari, R. (2022). Hubungan kelincahan Dengan kecepatan lari Pada Atlet Futsal. *Universitas Esa Unggul*, 3. Diambil kembali dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/hubungan-kelincahan-dengan-kecepatan-lari-pada-atlet-futsal-25526.html>
- World Health Organization. (2021). *Obesity and overweight*. Diambil kembali dari World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- World Health Organization. (2021, June 9). *World Health Organization*. Diambil kembali dari World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Wulandari, R. (2023). Hubungan Usia Dan Indeks Massa Tubuh Dengan VO2MAX Pada Pemain Basket Ball School Ddan Bima Perkasa Academy. *Program Studi Fisioterapi S1 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1. Diambil kembali dari <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jif/article/view/3158>