

DAFTAR PUSTAKA

- Agarwala, P. and Salzman, S. H. 2020 ‘Six-Minute Walk Test: Clinical Role, Technique, Coding, and Reimbursement’, *Chest*, 157(3), pp. 603–611. doi: 10.1016/j.chest.2019.10.014.
- Bianco, A. *et al.* 2015 ‘The sit up test to exhaustion as a test for muscular endurance evaluation’, *SpringerPlus*, 4. doi: 10.1186/s40064-015-1023-6.
- Dan, P. *et al.* 2016 ‘Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank dan Side Plank) dan Core Stability Dinamis (Side Lying Hip Abduction dan Oblique Crunch) Terhadap Keseimbangan’, *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(2), pp. 96–103. doi: 10.15294/jpehs.v3i2.6550.
- Florida, N., López, C. and Pocomucha, V. 2012 ‘Core View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk’, 2(2), pp. 35–43.
- I.A. Astiti Suadnyana, Sutha Nurmawan, I. M. M. 2016 ‘Pendahuluan Perkembangan dan kemajuan di berbagai bidang khususnya bidang perekonomian , teknologi dan kesehatan menyebabkan meningkatnya usia harapan hidup manusia . Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2021 diperkirakan mencapai 30 , 1 ju’ , 000.
- li, B. A. B. and Pustaka, K. 2011 ‘No Title’, d(3), pp. 9–52.
- Ikhsan, M. and Boy, E. 2020 ‘Cardiovascular Changes Among Healthy Elderly’, *Magna Medica: Berkala Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 7(2), p. 70. doi: 10.26714/magnamed.7.2.2020.70-82.
- Jasmani, K. 2021 ‘Profil Kebugaran Jasmani’, 2(2), pp. 295–305. doi: 10.33369/gymnastics.
- Kour Buttar, K., Saboo, N. and Kacker, S. 2019 ‘A review: Maximal oxygen uptake (VO₂ max) and its estimation methods’, *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 6(6), pp. 24–32. Available at: www.kheljournal.com.
- Muthmainnah, I., AB, I. and Prabowo, S. 2019 ‘Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro (Protein, Karbohidrat, Lemak) Dengan Kebugaran (VO₂Max) Pada Atlet Remaja Di Sekolah Sepak Bola (SSB) Harbi’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman (JKMM)*, 1(1), p. 24. doi: 10.30872/jkmm.v1i1.2525.
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y. and Anwar, M. A. 2017 ‘Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian’, *Buletin Psikologi*, 25(2),

pp. 124–135. doi: 10.22146/buletinpsikologi.28992. Nuarti, N., Huldani and Asnawati 2019 ‘Perbandingan Kapasitas Oksigen Maksimal Antara Laki-Laki dan Perempuan pada Calon Jemaah Haji’, *Homeostasis*, 2(1), pp. 125–130. Available at: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/439>.

Setiawan, I. *et al.* 2021 ‘Analisis Kekuatan Daya Tahan Otot Inti, Indeks Massa Tubuh dan VO2Max Atlet Cabor Tarung Derajat’, *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(2), pp. 287–294.

Sifa, C. 2019 ‘Cerdas Sifa, Edisi 1 No.1. Mei 2019’, (1).

Sumiati, I., Jus’at1, I. and Munawwarah, M. 2014 ‘Perbedaan nilai vo 2 max antara aktivitas fisik rendah dan aktivitas fisik tinggi pada lansia penderita osteoarthritis lutut’.

Syuaib, M. M. 2014 ‘Hubungan Kebugaran Kardiovaskuler Dengan Kualitas Kesehatan Fisik Pada Lansia Di PSTW Gau Mabaji Gowa’, *Jurnal al-Hikmah*, 15(1), pp. 57–65.