

PENGARUH LATIHAN *INTERVAL TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN KARDIOVASKULER

(Eksperimen Pada Atlet Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya
Tahun Akademik 2023/2024)

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



oleh,

MOCHAMMAD SADDAM ABDULLOH

202191164

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA**

2024