

**PENGARUH LATIHAN FARTLEK, LATIHAN KONTINYU,
DAN INTERVAL *TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN
DAYA TAHAN KARDIOVASKULER**

(Studi Eksperimen Terhadap Ekstrakurikuler Futsal Putra SMP Negeri 16
Kota Tasikmalaya)

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

ALDI SUPRIYADI

192191017

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2023**