

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah swt, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul **“PENGARUH LATIHAN FARTLEK, LATIHAN KONTINYU, DAN INTERVAL *TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN KARDIOVASKULER (Studi Eksperimen Terhadap Ekstrakurikuler Futsal Putra SMP Negeri 16 Kota Tasikmalaya)”** dapat dilaksanakan dengan lancar. Penyusunan skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat mengikuti Sidang skripsi. Penelitian pada Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi.

Skripsi penelitian ini bukanlah karya yang sempurna karena masih memiliki banyak kekurangan, baik dalam hal isi maupun sistematika dan teknik penulisannya. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan proposal penelitian ini. Akhirnya semoga skripsi penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi penulis dan bagi pembaca. Amin.

Tasikmalaya, September 2023

Penyusun,

Aldi Supriyadi

NPM 192191017