

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran *Illahi Robbi*, yang yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul Pengaruh Latihan HIIT *Workout Walk And Run* terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskular pada Atlet Taekwondo SMA Negeri 10 Tasikmalaya bisa selesai sesuai dengan apa yang diharapkan oleh penulis, meskipun adanya hambatan yang dialami selama mengerjakan skripsi ini, akan tetapi adanya dorongan ataupun bantuan dari berbagai pihak serta para dosen pembimbing yang senantiasa membantu skripsi penulis sampai terselesaikan dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan. Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan dalam penyajian materi maupun hal yang lainnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan khususnya untuk para pembaca.

Tasikmalaya, 10 Maret 2023

Penulis,

Ai Sarah Nurhayati