

**PENGARUH *INTERVAL TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN  
*VO2MAX* PADA SISWA EKSTRAKULIKULER FUTSAL SMA NEGERI  
9 KOTA TASIKMALAYA**

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**MOHAMMAD IHSAN HADIANSYAH**

**182191199**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
2025**