

**PENGARUH INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN DAYA
TAHAN KARDIOVASKULER EKSTRAKURIKULER FUTSAL MAM
CISAAT**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan



oleh

**INDRA KOMARA
212191523**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2026**