

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt, yang telah memberikan Rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai rencana yang ditentukan. Skripsi yang penulis susun ini berjudul “PENGARUH INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN DAYA TAHAN KARDIOVASKULER EKTRAKURIKULER FUTSAL MAM CISAAT”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu tugas akhir di jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Baik dalam segi materi maupun cara penyajiannya. Namun meskipun demikian, semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis umumnya bagi pembaca. Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai kendala dan hambatan yang dapat melemahkan semangat dalam penyusunannya. Namun, atas dorongan, bimbingan, dan arahan dari dosen pembimbing segala hambatan tersebut dapat penulis atasi. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan rasa tulus dan kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu baik moril maupun materil selama penyusunan ini.

Akhir kata penulis berharap semoga Allah swt. Berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Aamiin Yarobal’alamiin.

Tasikmalaya, April 2026

Penyusun,

Indra Komara

212191523