

**PENGARUH LATIHAN *HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING*
(HIIT) TERHADAP PENINGKATAN VO2MAX ATLET
SEPAKBOLA SMAN 2 CIAMIS**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan



oleh

**MOCHAMAD ZACKY FAUZI
212191531**

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