

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “**Pengaruh Latihan *High Intensity Interval Training* (HIIT) Terhadap Peningkatan VO2Max Atlet Sepak Bola SMAN 2 Ciamis**” dapat terselesaikan dengan baik.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai kendala dan hambatan yang dapat melemahkan semangat. Namun, atas dorongan, bimbingan dan arahan dari para dosen pembimbing segala hambatan tersebut dapat penulis atasi. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik isi maupun penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan dan akan penulis terima dengan hati terbuka. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Tasikmalaya, 21 Maret 2025

Penyusun,

Mochamad Zacky Fauzi