

**PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* DAN *INTERVAL TRAINING*
TERHADAP DAYA TAHAN VO₂MAX PESERTA *EKSTRAKULIKULER* FUTSAL DI
MTS AISYIYAH**

Proposal

Oleh

IRSYAFLI FATONI

Nomor Induk Mahasiswa 2020151052

Program Studi Pendidikan Jasmani



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

**PENGARUII LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* DAN *INTERVAL TRAINING*
TERHADAP DAYA TAHAN VO2MAX PESERTA EKSTRAKURIKULER
FUTSAL DI MTS AISYIYAH**

Skripsi Oleh

IRSYAFLI FATONI

Nomor Induk Mahasiswa 2020151052

Program Studi Pendidikan Jasmani

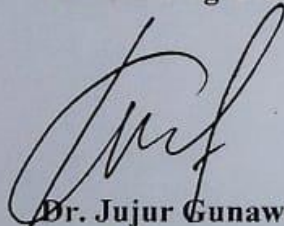
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2024

Disetujui oleh:

Pembimbing Utama,



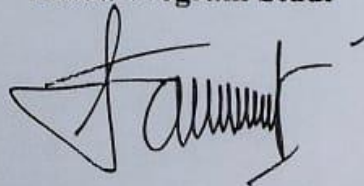
**Dr. Jujur Gunawan Manullang, M.Pd.
NIDN. 0221098702**

Pembimbing Pendamping,



**Dr. Widya Handayani, S.Pd., M.Si.
NIDN. 0210018701**

**Disahkan Oleh
a.n Dekan FKIP,
Ketua Program Studi**



**Farizal Imansyah, M.Pd.
NIDN. 0212028703**