

**PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP
KONDISI FISIK (DAYA TAHAN AEROBIK) ATLET
PENCAK SILAT PSHT KECAMATAN ALANG - ALANG
LEBAR**

Skripsi Oleh :

MUHAMMAD FADLI

Nomor Induk Mahasiswa 2020 151 061

Program Studi Pendidikan Jasmani



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2024

**PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* TERHADAP KONDISI FISIK
(DAYA TAHAN AEROBIK) ATLET PENCAK SILAT PSHT KECAMATAN
ALANG - ALANG LEBAR**

Skripsi Oleh

MUHAMMAD FADLI

Nomor Induk Mahasiswa 2020 151 061

Program Studi Pendidikan Jasmani

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2024

Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing utama



Dr. Ujir Gunawan Manullang, M.Pd
NIDN.0221098702

Dosen Pembimbing Pendamping



Dr. Siti Ayu Risma Putri, M.Pd
NIDN.0214129002

Disahkan oleh
a.n Ketua Program Studi



Farizal Imansyah, M.Pd
NIDN.0212028703