

**PERBEDAAN PENGARUH *TABATA WORKOUT* & SENAM SIGINJAI
TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA/I KELAS X SMA
YADIKA JAMBI**

SKRIPSI

OLEH

**ERIC CONTANA TAMBUNAN
A1D415097**



PRODI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS JAMBI

2021

**PERBEDAAN PENGARUH *TABATA WORKOUT* & SENAM SIGINJAI
TERHADAP KEBUGARAN JASMANI PADA SISWA/I KELAS X SMA
YADIKA JAMBI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Jambi
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan**



**OLEH :
ERIC CONTANA TAMBUNAN
A1D415097**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
2021**

