

**PENGARUH INTERVAL TRAINING TERHADAP VO2MAX PADA
PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SISWA
SMA NEGERI 11 KOTA JAMBI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Jambi untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**



**OLEH
Rd. Ahmad Maulana
NIM : KIA120141**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI
JUNI 2025**