

**PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN  
FUTSAL**

**SKRIPSI**

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Pendidikan Sarjana  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



**Oleh :**

**JAKA IRAWAN**

**0907454**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

Jaka Irawan, 2015

***PENGARUH METODE LATIHAN SHORT INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN FUTSAL***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2015**

**PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN  
FUTSAL**

Oleh  
Jaka Irawan

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Jaka Irawan 2015  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Maret 2015

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Jaka Irawan, 2015  
**PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT INTERVAL TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN FUTSAL**  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**JAKA IRAWAN**

**0907454**

**PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN  
FUTSAL**

Disetujui dan disahkan oleh :

**Pembimbing I**

**Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.**  
**NIP. 196812181994021001**

**Pembimbing II**

**Nida'ul Hidayah, M.Si.**  
**NIP. 197209131998022001**

Mengetahui:

Departemen Pendidikan Kepeleatihan  
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Ketua,

Jaka Irawan, 2015

**PENGARUH METODE LATIHAN *SHORT INTERVAL TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**Dr.H. R. Boyke Mulyana**  
**NIP. 196210231989031001**

Jaka Irawan, 2015  
***PENGARUH METODE LATIHAN SHORT INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN DAYA TAHAN PEMAIN FUTSAL***  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)