

**PERBEDAAN PENGARUH *TABATA TRAINING* DAN *INTENSIVE INTERVAL RUN* TERHADAP *ENDURANCE* PADA ATLET
PUTRA LARI 1500 METER *TAPANULI TIGER ATHLETIC CLUB* TAHUN 2024**

SKRIPSI



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh :

SATRIO ARMANDO MARBUN
NIM. 6203121069

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2025**