

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *INTERVAL INTENSIF* DAN
INTERVAL EKSTENSIF TERHADAP KECEPATAN RENANG 50
METER GAYA BEBAS ATLET PUTRA KU III USIA
12 TAHUN CLUB *SAILFISH SWIMMING*
MEDAN TAHUN 2025**

SKRIPSI



Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan



Oleh :

RIKO MARUSAHA SIAGIAN
NIM. 6223321016

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2026**