

**PERBANDINGAN EFEK KERJA *INTERVAL TRAINING*
EUROFIT DENGAN *INTERVAL TRAINING* TABATA
TERHADAP PERUBAHAN GULA DALAM DARAH PADA
MAHASISWA IKOR 2015 FIO UNIVERSITAS NEGERI
JAKARTA**



**SYAIFUL ADAMS REKSABHUWANA
6815152980**

Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Olahraga

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2019**