



**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**


**LATIHAN LARI 4 KM DENGAN DURASI 30 MENIT LEBIH BAIK  
DARIPADA LATIHAN JALAN 5 KM DENGAN DURASI 45 MENIT  
DALAM MENINGKATKAN NILAI KONSUMSI OKSIGEN  
MAKSIMAL (VO<sub>2</sub>MAX)**

Skripsi Ini Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Sidang Pada Program Studi  
Fisioterapi, Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul

Nama : Enis Husnun Muthiah

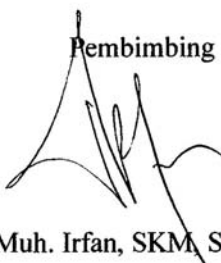
Nim : 2009-65-009

Pembimbing I



(S. Indra Lesmana, SKM, Sst.Ft, M.OR)

Pembimbing II



(Muh. Irfan, SKM, Sst.Ft, M.Fis)