



**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SIDANG SKRIPSI**

**PERBANDINGAN PENGARUH *HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING*  
DENGAN *MODERATE INTENSITY CONTINUOUS TRAINING* UNTUK  
PENINGKATAN VO<sub>2</sub>MAX PADA WANITA USIA PRODUKTIF**

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

**Nama : Vindy Alvionita**

**Nim : 20190606088**

Pembimbing I

**(Abdurrasyid, Sst.Ft, M.Fis)**

Pembimbing II

**(Mona Oktarina, S.Ft, M.Biomed)**