

**DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA* TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN *POWER ENDURANCE***
(Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI Bandung)

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



oleh

**DIYANA HERLIANA
1000766**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2015**

**DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA* TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN *POWER ENDURANCE***
(Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI Bandung)

Oleh
Diyana Herliana

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Diyana Herliana 2015
Universitas Pendidikan Indonesia
Februari 2015

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : **DIYANA HERLIANA**
NIM : **1000766**
JUDUL : **DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA***
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN *POWER*
ENDURANCE
(Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI Bandung)

Disetujui dan Disahkan Oleh :

Pembimbing I,

Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.
NIP.196812181994021001

Pembimbing II,

Nida'ul Hidayah, M.Si.
NIP.197209131998022001

Diketahui oleh,
Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd.
NIP.196210231989031001