

**DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA* TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN KECEPATAN (*SPEED
ENDURANCE*)**

(Studi Eksperimen UKM Futsal Puteri UPI Bandung)

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga**



**Oleh :
Dikdik Fuad Asidik
NIM.1002036**

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

**DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA* TERHADAP
PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN KECEPATAN
(*SPEED ENDURANCE*)**

(Studi Eksperimen UKM Futsal Puteri UPI Bandung)

Oleh
Dikdik Fuad Asidik

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

© Dikdik Fuad Asidik 2015
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 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 : DIKDIK FUAD ASIDIK
NIM : 1002036
JUDUL : DAMPAK PENERAPAN PELATIHAN *TABATA*
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA
TAHAN KECEPATAN (*SPEED ENDURANCE*)
(Studi Eksperimen Atlet Futsal Puteri 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 Departemen Pendidikan Keplatihan

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

