

**METODE LATIHAN KOMANDO DAN METODE LATIHAN SELF
CHECK TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING FREE THROW*
DALAM BOLABASKET**

SKRIPSI

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



Oleh :
AHMAD FIKRI
1005424

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLARAHAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2015**

**METODE LATIHAN KOMANDO DAN METODE LATIHAN SELF
CHECK TERHADAP KETERAMPILAN *SHOOTING FREE THROW*
DALAM BOLABASKET**

Oleh
Ahmad Fikri

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

© Ahmad Fikri 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 : AHMAD FIKRI
NIM : 1005424
**JUDUL : METODE LATIHAN KOMANDO DAN METODE
LATIHAN *SELF CHEK* (PERIKSA DIRI) TERHADAP
KETERAMPILAN *SHOOTING FREE THROW* DALAM
BOLA BASKET**

Disetujui dan Disahkan Oleh :

Pembimbing I,

Drs. Enjang Rahmat, M.Pd
NIP.195107281984031001

Pembimbing II,

Ira Purnamasari, S.pd.,M.Pd.
NIP. 198107072008122002

Diketahui oleh,

Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

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