

**PENGARUH PENERAPAN METODE *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN  
DAYA TAHAN KELINCAHAN  
PADA ATLET FUTSAL**

**SKRIPSI**

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



**Oleh:  
Perli Meiwulan  
1005560**

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

PENGARUH PENERAPAN METODE *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN  
DAYA TAHAN KELINCAHAN  
PADA ATLET FUTSAL

Oleh  
Perli Meiwulan  
1005560

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

© Perli Meiwulan 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.

Perli Meiwulan, 2015  
*PENGARUH PENERAPAN METODE SHORT INTERVAL TRAINING  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN  
DAYA TAHAN KELINCAHAN  
PADA ATLET FUTSAL*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PERLI MEIWULAN**

**PENGARUH PENERAPAN METODE *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN DAYA TAHAN  
KELINCAHAN PADA ATLET FUTSAL**

**Disetujui dan disahkan oleh :**

**Pembimbing I**



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

**Pembimbing II**



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

**Departemen Pendidikan Kepeleatihan  
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga**

**Ketua**



**Dr. R Boyke Mulyana, M.Pd.**  
**196812181994021001**

Perli  
**PENGARUH PENERAPAN METODE *SHORT INTERVAL TRAINING*  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN  
DAYA TAHAN KELINCAHAN  
PADA ATLET FUTSAL**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Perli Meiwulan, 2015  
*PENGARUH PENERAPAN METODE SHORT INTERVAL TRAINING  
TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN  
DAYA TAHAN KELINCAHAN  
PADA ATLET FUTSAL*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)