

**DAMPAK PENERAPAN LATIHAN *TABATA*
TERHADAPPENINGKATAN KEMAMPUAN KECEPATAN (*SPEED*)
(*Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI
Bandung*)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana
di Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Oleh :

**MILA NURKARMILA
1005881**

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

**DAMPAK PENERAPAN LATIHAN *TABATA*
TERHADAPPENINGKATAN KEMAMPUAN KECEPATAN (*SPEED*)
(*Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI
Bandung*)**

**Oleh
Mila Nurkarmila
1005881**

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

**© Mila Nurkarmila
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2015**

**Hak Cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagiannya, dengan
dicetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis**

LEMBAR PENGESAHAN

SIDANG

MILA NURKARMILA

1005881

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

(Studi Eksperimen pada Atlet Futsal Puteri Anggota UKM Futsal UPI Bandung)

DISETUJUI DAN DISAHKAN PEMBIMBING :

Pembimbing I

Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd
196812181994021001

Pembimbing II

Dr. Berliana, M.Pd
196205131986022001

Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan

Dr. Komarudin, M.Pd
197204031999031003