

**PENGARUH LATIHAN *THREE HOP JUMP* DAN LATIHAN
FROG LEAPS TERHADAP PENINGKATAN POWER
TUNGKAI PADA ATLET ANGGAR**

SKRIPSI

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



Oleh :

RETTY CHINTIA APRILIANIDA

1000197

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

Retly Chintia Aprilianida, 2015

***PENGARUH LATIHAN *THREE HOP JUMP* DAN LATIHAN *FROG LEAPS* TERHADAP
PENINGKATAN POWER TUNGKAI PADA ATLET ANGGAR***

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

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG**

2015

**PENGARUH LATIHAN *THREE HOP JUMP* DAN
LATIHAN *FROG LEAPS* TERHADAP PENINGKATAN
POWER TUNGKAI PADA ATLET ANGGAR**

Oleh

Retly Chintia Aprilianida

1000197

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

© Retly Chintia Aprilianida 2015

Universitas Pendidikan Indonesia

Desember 2015

Retly Chintia Aprilianida, 2015

***PENGARUH LATIHAN THREE HOP JUMP DAN LATIHAN FROG LEAPS TERHADAP
PENINGKATAN POWER TUNGKAI PADA ATLET ANGGAR***

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

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
SIDANG**

RETTY CHINTIA APRILIANIDA

1000197

**PENGARUH LATIHAN *THREE HOP JUMP* DAN LATIHAN
LOMPAT KODOK (*FROG LEAPS*) TERHADAP PENINGKATAN
POWER TUNGKAI PADA ATLET ANGGAR**

DISETUJUI DAN DISAHKANOLEH PEMBIMBING :

Pembimbing I

Drs. H. Hadi Sartono, M.Pd.
NIP.196001131987031002

Pembimbing II

Drs. Dudung Hasanudin Ch
NIP .196003151987031002

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dr. Komarudin, M.Pd.
NIP.197204031999031003