

**PENGARUH METODE REPETISI DALAM LATIHAN
PLYOMETRICS SINGLE-LEG SPEED HOP TERHADAP
PENINGKATAN POWER ENDURANCE TUNGKAI
PADA CABANG OLAHRAGA FUTSAL**

SKRIPSI

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



Oleh :

Juskhia John L

1001511

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2017**

**PENGARUH METODE REPETISI DALAM LATIHAN
PLYOMETRICS SINGLE-LEG SPEED HOP TERHADAP
PENINGKATAN POWER ENDURANCE TUNGKAI PADA
CABANG OLAHRAGA FUTSAL**

Oleh

Juskhia John

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

© Juskhia John 2017

Universitas Pendidikan Indonesia

September 2017

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 : JUSKHIA JOHN L
NIM : 1001511
JUDUL : PENGARUH METODE REPETISI DALAM LATIHAN
***PLYOMETRICS SINGLE-LEG SPEED HOP* TERHADAP**
PENINGKATAN *POWER ENDURANCE* TUNGKAI PADA
CABANG OLAHRAGA FUTSAL

Disetujui dan Disahkan Oleh :

Pembimbing

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

Mengetahui
Jurusan Pendidikan Kepelatihan
Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Ketua,

Dr. Komarudin, M.Pd.
NIP. 197204031999031003