PENGARUH METODE LATIHAN *POWER* DENGAN BENTUK LATIHAN *SQUATS* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* TUNGKAI DALAM LOMPAT JAUH

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sains
Program Studi Ilmu Keolahragaan

Oleh

NAVI MUHAMMAD NUR
0901368

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2013

Navi Muhammad Nur, 2013
Pengaruh Metode Latihan Power Dengan Bentuk Latihan Squats Terhadap Peningkatan Power Tungkai Dalam Lompat Jauh
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

PENGARUH METODE LATIHAN *POWER* DENGAN BENTUK LATIHAN *SQUATS* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* TUNGKAI DALAM LOMPAT JAUH

(StudiEksperimenMahasiswaIlmuKeolahragaanAngkatan 2011)

Oleh

Navi Muhammad Nur

SebuahSkripsi yang DiajukanuntukMemenuhiSebagiandari

SyaratMemperolehGelar

SarjanaSains Program StudiIlmuKeolahragaan

© Navi Muhammad Nur 2013

UniversitasPendidikan Indonesia

Oktober 2013

HakCiptadilindungiundang-undang

Skripsiinitidakbolehdiperbanyakseluruhnya, atausebagian,

Dengandicetakulang, diphotocopyataucaralainnyatanpaijindaripenulis.

LEMBAR PENGESAHAN

NAVI MUHAMMAD NUR

PENGARUH METODE LATIHAN *POWER* DENGAN BENTUK LATIHAN *SQUATS* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* TUNGKAI DALAM LOMPAT JAUH

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH
PEMBIMBING :

Pembimbing I

Drs. H. Aming Supriatna. M.Pd
NIP. 1950011519800210001

Pembimbing II

Iman Imanudin,S.Pd, M.Pd.
NIP. 197508102001121001

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan
Kesehatan dan Rekreasi

Drs. Sumardiyanto.M.Pd.
NIP. 196212221987031002