

**PERBANDINGAN PENGARUH METODE *INTERVAL* DENGAN *REPETISI*
DALAM LATIHAN *HARNES* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *POWER* CABANG OLAHRAGA FUTSAL PUTRI UPI**

SKRIPSI

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



Oleh

DEVI MARLINA

0900532

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2013**

Devi Marlina, 2013

Perbandingan Pengaruh Metode Interval Dengan Repetisi Dalam Latihan Harness Terhadap
Peningkatan Kemampuan Power Cabang Olahraga Futsal Putri UPI

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

**PERBANDINGAN PENGARUH METODE *INTERVAL* DENGAN *REPETISI*
DALAM LATIHAN *HARNESS* TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN *POWER* CABANG OLAHRAGA FUTSAL PUTRI UPI**

Oleh
Devi Marlina

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

© Devi Marlina 2013

Universitas Pendidikan Indonesia

Oktober 2013

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya, atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, diphotocopy atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

Devi Marlina, 2013

Perbandingan Pengaruh Metode Interval Dengan Repetisi Dalam Latihan Harness Terhadap
Peningkatan Kemampuan Power Cabang Olahraga Futsal Putri UPI
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PENGESAHAN

DEVI MARLINA

0900532

**PERBANDINGAN PENGARUH METODE *INTERVAL* DENGAN *REPETISI*
DALAM LATIHAN *HARNES* TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN
POWER CABANG OLAHRAGA FUTSAL PUTRI UPI**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I

Agus Rusdiana, M.Sc, Ph.D.
NIP. 197608122001121001

Pembimbing II

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

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan

Drs. Sumardiyanto, M.Pd.
NIP.19621222198703002