

**PENGARUH METODE LATIHAN CIRCUIT TRAINING TERHADAP  
PENINGKATAN KEKUATAN MAKSIMAL DAN DAYA TAHAN  
KARDIOVASKULER**

**SKRIPSI**

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



Oleh

**MUHAMAD FAHMI HASAN**

**090704**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2013**

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Circuit Training Terhadap Peningkatan Kekuatan Maksimal dan Daya Tahan Kardiovaskular Pada Cabang Olahraga Dayung” ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, oktober 2013

Penulis,

M. Fahmi Hasan

MUHAMAD FAHMI HASAN

0907040

PENGARUH METODE LATIHAN CIRCUIT TRAINING TERHADAP  
PENINGKATAN KEKUATAN MAKSIMAL DAN DAYA TAHAN  
KARDIOVASKULAR

PADA CABANG OLAHRAGA DAYUNG

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH

PEMBIMBING :

Pembimbing I,

Dr. DikdikZafarSidik, M.Pd

NIP.196812181994021001

Pembimbing II,

DrsDadanMulyana, M.Pd.

NIP.195801171989031001

Diketahui oleh

Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Dr. R. BoykeMulyana, M.Pd.

NIP.196210231989031001

Muhammad Fahmi Hasan, 2013

Pengaruh Metode Latihan Circuit Training Terhadap Kekuatan Maksimal Dan Daya Tahan  
Kardiovaskular Pada Cabang Olahraga Dayung

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)