

**PERBANDINGAN METODE *SPLIT ROUTINE* DENGAN SET
SISTEM TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN
MAKSIMAL PADA ATLET DAYUNG
(StudiEksperimenpadaAtletRowing UKM Dayung UPI Bandung)**

SKRIPSI

DiajukanUntukMemenuhiSebagianSyarat
MemperolehGelarSarjanaPendidikan
Program StudiPendidikanKepelatihanOlahraga



Oleh

Alfy Fauzia Azmi

NIM 1403093

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2018**

**PERBANDINGAN METODE *SPLIT ROUTINE*
DENGAN SET SISTEM TERHADAP PENINGKATAN
KEKUATAN MAKSIMAL PADA ATLET DAYUNG
(StudiEksperimenpadaAtletRowing UKM Dayung UPI
Bandung)**

Oleh
AlfyFauziaAzmi
1403093

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

© AlfyFauziaAzmi 2018
Universitas Pendidikan Indonesia

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**Alfy Fauzia Azmi
1403093**

**PERBANDINGAN METODE *SPLIT ROUTINE* DENGAN SET
SISTEM TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN
MAKSIMAL PADA ATLET DAYUNG
(Studi Eksperimen pada Atlet *Rowing* UKM Dayung UPI Bandung)**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing,

**Drs. H. Dede Rohmat N, M.Pd.
NIP.196312091988031001**

**Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan dan Pelatihan**

**(Dr. Komarudin, M.Pd.)
NIP: 197204031999031003**