

**PENGARUH LATIHAN *POWER* TUNGKAI MENGGUNAKAN *RESISTANCE*  
KARET DAN FLEKSIBILITAS SENDI PENGGUL TERHADAP HASIL  
SMASH KEDENG CABOR SEPAKTAKRAW**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**Rizky Eka Rosa  
NIM 1400594**

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

**PENGARUH LATIHAN *POWER* TUNGKAI MENGGUNAKAN *RESISTANCE*  
KARET DAN FLEKSIBILITAS SENDI PANGGUL TERHADAP HASIL  
SMASH KEDENG CABOR SEPAKTAKRAW**

Oleh

Rizky Eka Rosa

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

© Rizky Eka Rosa 2018

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2018

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**

Rizky Eka Rosa

PENGARUH LATIHAN *POWER* TUNGKAI MENGGUNAKAN *RESISTANCE*  
KARET DAN FLEKSIBILITAS SENDI PANGGUL TERHADAP HASIL SMASH  
KEDENG CABOR SEPAKTAKRAW

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing,

(Muhamad Tafakur, M.Pd.)  
NIP. 197810052009121003

Mengetahui,  
Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan

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