

TESIS

**PENERAPAN *ELASTIC BANDS* UNTUK PENINGKATAN KEKUATAN OTOT
LENGAN DAN TUNGKAI PADA ATLET JUDO ASIAN PARA GAMES 2018**

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



Oleh :

**MUHAMMAD DZIKRY ABDULLAH AL GHAZALY
1603212**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2019**

**PENERAPAN *ELASTIC BANDS* UNTUK PENINGKATAN KEKUATAN OTOT
LENGAN DAN TUNGKAI PADA ATLET JUDO ASIAN PARA GAMES 2018**

Oleh
Muhammad Dzikry Abdullah Al Ghazaly

S.Pd UPI Bandung, 2015

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Sekolah Pascasarjana

© Muhammad Dzikry Abdullah Al Ghazaly 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2019

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

LEMBAR PENGESAHAN

**MUHAMMAD DZIKRY ABDULLAH AL GHAZALY
1603212**

**PENERAPAN *ELASTIC BANDS* UNTUK PENINGKATAN KEKUATAN OTOT
LENGAN DAN TUNGKAI PADA ATLET JUDO ASIAN PARA GAMES 2018**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I

**Dr. Nuryadi, M.Pd
NIP. 197101171998021001**

Pembimbing II

**Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO
NIP. 196207181988031004**

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga
Sekolah Pascasarjana UPI**

**Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.
NIP. 196001191986031002**