

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN REPETISI DAN INTERVAL
TRAINING TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI 100
METER**

SKRIPSI

Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Pendidikan
Sarjana Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Oleh:

ROKHMAN UNTUNG SURAPATI

060625

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2013**

Rokhman Untung Surapati, 2013

*PERBANDINGAN METODE LATIHAN REPETISI DAN INTERVAL TRAINING TERHADAP PENINGKATAN
KECEPATAN LARI 100 METER*

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

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN REPETISI DAN INTERVAL
TRAINING TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI 100
METER**

Oleh
Rokhman Untung Surapati

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

© Rokhman Untung Surapati 2013
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2013

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

ROKHMAN UNTUNG SURAPATI

060625

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN REPETISI DAN INTERVAL
TRAINING TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI 100
METER**

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I

(Dr. H. R. Boyke Mulyana, M.Pd.)
NIP. 196210231989031001

Pembimbing II

(Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.)
NIP. 1968121819940210001

**Jurusan Pendidikan Kepeleatihan
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Ketua,**

(Dr. H. R. Boyke Mulyana, M.Pd.)
NIP. 196210231989031001