

**DAMPAK PENERAPAN PRINSIP INDIVIDUALISAI PADA PROGRAM
LATIHAN FISIK TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN GERAK
(SPEED & AGILITY)**

(Studi Eksperimen Pada Pemain Futsal SMA Negeri 5 Bandung)

SKRIPSI

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



Oleh

Akbar Ghuftron Maftuhaddin

0901852

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA

FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2014

Akbar Ghuftron Maftuhaddin, 2014

Dampak Penerapan Prinsip Individualisasi Pada Program Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Kecepatan Gerak (Speed & Agility)

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

**DAMPAK PENERAPAN PRINSIP INDIVIDUALISASI PADA PROGRAM
LATIHAN KONDISI FISIK TERHADAP KECEPATAN GERAK
(SPEED & AGILITY)**

OLEH

AKBAR GHUFRON MAFTUHADDINA

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana fakultas pendidikan olahraga dan kesehatan

© Akbar Ghufon Maftuhaddin 2014

Universitas Pendidikan Indonesia

Februari 2014

Akbar Ghufon Maftuhaddin, 2014

Dampak Penerapan Prinsip Individualisasi Pada Program Latihan Fisik Terhadap Peningkatan Kecepatan Gerak (Speed & Agility)

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

**LEMBAR PENGESAHAN
SIDANG**

NAMA : Akbar Ghufron Maftuhaddin

NIM : 0901852

**JUDUL : DAMPAK PENERAPAN PRINSIP INDIVIDUALISASI PADA
PROGRAM LATIHAN FISIK TERHADAP PENINGKATAN
KEMAMPUAN KECEPATAN GERAK (SPEED & AGILITY)**

*DISETUJUI OLEH :
Pembimbing I*

*Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.
NIP. 1968121819940210001*

Pembimbing II

*Bambang Erawan, M.Pd.
NIP. 196907282001121001*

*Jurusan Pendidikan Kepelatihan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Ketua*

*Dr. R. Boyke Mulyana, M.Pd.
NiP. 196210231989031001*

Akbar Ghufron Maftuhaddin, 2014

*Dampak Penerapan Prinsip Individualisasi Pada Program Latihan Fisik Terhadap Peningkatan
Kecepatan Gerak (Speed & Agility)*

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