



**PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN ANTARA BENTUK
LATIHAN UPHILL DENGAN LARI DI AIR DANGKAL
TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN LARI
JARAK 50 METER PADA ATLET PEMULA**

(Studi Eksperimen di SLTP Negeri 1 Cimalaka Kabupaten Sumedang)

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Satu Pendidikan**



Oleh:

**ALI JATNIKA
931114**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2000**

NAMA : ALI JATNIKA
NIM : 931114
JUDUL : PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN ANTARA
METODE UPHILL DENGAN LARI PADA AIR DANG-
KAL TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN
LARI JARAK 50 METER PADA ATLET PEMULA

Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



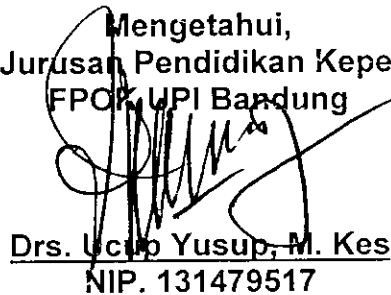
Drs. Hadi Sartono
NIP. 131690976

Pembimbing II



Drs. Dikdik Zafar Sidik
NIP. 132084052

Mengetahui,
Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan
FPOK UPI Bandung



Drs. Ucip Yusup, M. Kes
NIP. 131479517

Janatun Nawim (Surga Firdaus) itu adalah tempat bagi manusia-manusia yang dapat menjaga :

- 1. Ucap*
- 2. Tekad, dan*
- 3. Laku*

*Kelebihan seorang alim (ilmuwan)
terhadap seorang 'abid (ahli ibadah)
ibarat bulan purnama terhadap seluruh
bintang.*

(HR. Abu Dawud)

*Skripsi ini kupersembahkan untuk :
Kedua Orang Tuaku, Kedua Adikku, Teman
Karibku searena, serta Lili Tita Hayati
Tercinta
Sesungguhnya peranan dan dukungan mereka
amat besar artinya dalam menyelesaikan
karyaku ini.*

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang termasuk kriteria plagiat dari karya orang lain

ALI JATNIKA

931114



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu'alaikum wr. wb.

Seraya memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah Yang Maha Kuasa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini berjudul, "Pebandingan Pengaruh Latihan Antara Bentuk Latihan Uphill Dengan Lari di Air Dangkal Terhadap Peningkatan Kecepatan Lari Jarak 50 Meter Pada Atlet Pemula". Penulisan skripsi ini sebagai upaya untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Satu Pendidikan Kepelatihan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan UPI Bandung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak menemui kesulitan dan hambatan baik dari segi moril maupun materiil. Namun berkat bantuan dan bimbingan dari semua pihak, syukur Alhamdulillah akhirnya penulis dapat menyelesaikannya juga.

Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. Hadi Sartono, M. Pd., sebagai dosen pembimbing I dan pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan, dorongan, serta petunjuk yang berharga dalam penyelesaian skripsi ini.

2. Bapak Drs. Dikdik Zafar Sidik sebagai dosen pembimbing II dan yang telah memberikan bimbingan, dorongan, serta petunjuk yang berharga dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Drs. Ucup Yusup, M. Kes., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan
4. Bapak Prof. DR. Rusli Lutan selaku Dekan FPOK UPI Bandung.
5. Saudara Rosadi Turjamil, S.Pd., yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Rekan-rekan saya, mahasiswa Jurusan Pendidikan Keperawatan angkatan tahun 1993 FPOK UPI Bandung.
7. Siswa SLTP Negeri 1 Cimalaka Sumedang, yang telah bersedia dijadikan naracoba dalam penelitian skripsi ini.
8. Staf dan Karyawan di FPOK UPI Bandung.

Khusus teruntuk Ibunda, dan kedua Adikku tercinta, penulis haturkan banyak terima kasih yang tak terhingga atas segala bantuan, dorongan moril serta kasih yang tulus kepada penulis. Penulis berharap mudah-mudahan segala amal baik dan bantuan yang telah diberikan kelak mendapatkan pahala yang berlipat dari Allah SWT, Amiin.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih banyak kekurangannya dan jauh dari sempurna. Hal ini dikarenakan dari keterbatasan pengetahuan dan kemampuan pada diri penulis.

Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi diri penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya.

Wasalamualaikum, wr. rb.

A decorative flourish or signature mark, possibly a stylized 'A' or a calligraphic element, located in the right margin of the page.

