

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
HASIL TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT
PUSAKA KUSUMA SOKARAJA**

Skripsi



**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2024**

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
HASIL TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT
PUSAKA KUSUMA SOKARAJA**

Skripsi



**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2024**

**PENGARUH LATIHAN KECEPATAN DAN KELINCAHAN TERHADAP
HASIL TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT
PUSAKA KUSUMA SOKARAJA**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada
Jurusan/Prodi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Jenderal Soedirman
Purwokerto



Oleh:
MEI LANA SAPUTRI
I1E020059

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO**