

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

**Skripsi**



**Oleh:  
MEI LANA SAPUTRI  
I1E020059**

**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**



**Oleh:  
MEI LANA SAPUTRI  
I1E020059**

**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



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