

**PENINGKATAN POWER TUNGKAI DALAM OLAHRAGA
FUTSAL MELALUI LATIHAN *LEG EXTENTION* DENGAN
METODE *THE PYRAMIDE SYSTEM* DAN *SET SYSTEM***

DRAFT SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Oleh

**M. Hardiansyah
0704321**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2015**

**PENINGKATAN POWER TUNGKAI DALAM OLAH RAGA
FUTSAL MELALUI LATIHAN *LEG EXTENTION* DENGAN
METODE *THE PYRAMIDE SYSTEM* DAN *SET SYSTEM***

Oleh
M. Hardiansyah

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

© M. Hardiansyah 2015
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2015

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

LEMBAR PENGESAHAN

M. Hardiansyah

**PENINGKATAN POWER TUNGKAI DALAM OLAHRAGA FUTSAL
MELALUI LATIHAN *LEG EXTENTION* DENGAN METODE *THE
PYRAMIDE SYSTEM* DAN *SET SYSTEM***

**Disetujui dan disahkan oleh
Pembimbing I**

**Drs. Satriya.
NIP. 196002101987031004**

Pembimbing II

**Drs. Basiran., M.Pd
NIP.195611281986031004**

**Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan Keplatihan**

**Dr. H. R. Boyke Mulyana
NIP. 19621023198931001**