

**PENGARUH VARIASI LATIHAN PEMBERAT KAKI TERHADAP  
PENINGKATAN KECEPATAN TENDANGAN *USHIRO MAWASI*  
*GERI* PADA ATLET KARATE *DOJO* WAIKIKI MEDAN**

**TAHUN 2021**

**SKRIPSI**



**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat – Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**Oleh:**

**FRESTY MELATY**

**NIM : 6172121017**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI**

**2022**