

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN DEPAN DARI POSISI JONGKOK
DAN LATIHAN MENGGUNAKAN BEBAN DI KAKI TERHADAP
HASIL KECEPATAN TENDANGAN DEPAN PADA ATLET
PENCAK SILAT PUTRA PERGURUAN HARIMAU
HIJAIYAH LANGKAT KABUPATEN
LANGKAT TAHUN 2015**

SKRIPSI

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

Oleh:

JULI NOVITASARI NASUTION

NIM 6113121044



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

2016