PENGARUH LATIHAN *BARRIER HOPS* TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN LURUS ATLET PADA EKSTRAKURIKULER PENCAK SILAT DI MTs YAYASAN PENDIDIKAN JAYA PENGGALIAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh:

RIKI TOMSON SIMANJUNTAK
NIM. 6213111075

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

2025