

**PENGARUH LATIHAN *LADDER DRILL* DAN *JUMPING LUNGE* TERHADAP
PENINGKATAN KECEPATAN TENDANGAN SABIT PADA ATLET**

PERGURUAN PSHT SMA AL – HIKMAH

TAHUN 2025

SKRIPSI



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh:

TUAH IWAN RAMADAN

NIM. 6213121103

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2026**