

**PENGARUH LATIHAN *RESISTANCE BAND* DAN *SINGLE LEG BOUND*
TERHADAP PENINGKATAN KECEPATAN TENDANGAN SABIT
PADA ATLET MERPATI PUTIH SANTO PETRUS MEDAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI



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

Oleh :

INDRA APRILIANDO SIPAYUNG

NIM : 6203121078

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2025**