

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN PUKULAN DENGAN *RESISTANCE*
BAND DAN *BALL DROPS DRILL* TERHADAP KECEPATAN PUKULAN
GYAKU TSUKI ATLET PUTRA KARATE-DO TAKO TNBG
CLUB MANDAILING NATAL TAHUN 2024**

SKRIPSI



Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat – Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh :

NONDANG RIZKI HUTASUHUT
NIM. 6203321028

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

2025