

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN *SINGLE LEG HURDLE HOP* DAN
KNEE TUCK JUMP TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN SABIT
ANGGOTA PENCAK SILAT**

Skripsi

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani



OLEH:

ARINI INDAHSARI

2124220004

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS GALUH**

2026