

**PENGARUH LATIHAN DENGAN ALAT BANTU *RESISTANCE BAND*
TERHADAP KECEPATAN TENDANGAN SABIT PADA CABANG
OLAHRAGA PENCAK SILAT**

(Eksperimen terhadap atlet pencak silat di Perguruan
PERISAI DIRI PUTRA GARUT)

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :

RENDI KUSUMAH PURNAMA

192191135

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI**

2023