

**PENGARUH LATIHAN *KECEPO* UNTUK MENINGKATKAN  
KEMAMPUAN TENDANGAN SABIT ATLET PENCAK SILAT  
KONTINGEN SENORI**

**SKRIPSI**



**UNUGIRI**

Oleh

Isroul Khusniya  
3220200427

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

**2024**