

**PENGARUH LATIHAN SHADOW MENNGUNAKAN LAMPU  
REAKSI TERHADAP KELINCAHAN KAKI  
ATLET PB. ASJAD**

**SKRIPSI**

Oleh :

**ALWAHIDIA  
NIM: F1251171008**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TANJUNGPURA  
PONTIANAK  
2022**

**PENGARUH LATIHAN SHADOW MENGGUNAKAN LAMPU  
REAKSI TERHADAP KELINCAHAN KAKI  
ATLET PB. ASJAD**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Pada Jurusan Ilmu Keolahragaan  
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Oleh  
ALWAHIDIA  
NIM F1251171008



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA JURUSAN  
ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS TANJUNGPURA  
PONTIANAK  
2022**