

HUBUNGAN ANTARA DAYA LEDAK (*POWER*) OTOT LENGAN DAN KELENTUKAN PINGGANG DENGAN LEMPARAN JARAK 5 METER (*PENALTY SHOOT*) PADA TIM POLO AIR PUTRI PEMUSATAN LATIHAN DAERAH (PELATDA) DKI JAKARTA



**Fandi Achmad
6135087695**

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2016