

**PERBANDINGAN LATIHAN LOMPAT RINTANGAN DAN LOMPAT  
MERAH SASARAN TERHADAP HASIL LOMPAT JAUH GAYA  
JONGKOK PADA KLUB OLAHRAGA PRESTASI ATLETIK FAKULTAS  
ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**Disusun Oleh :**

**Fauzan**

**6825107965**

**Ilmu Keolahragaan Konsentrasi Kepelatihan Olahraga**

Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh Gelar  
Sarjana Olahraga (S1)

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2014**