

**MENINGKATKAN KELINCAHAN DENGAN PENERAPAN LATIHAN  
SHADOW DALAM PERMAINAN OLAHRAGA BULUTANGKIS PADA  
EKSTRAKURIKULER MTS. BUSTANUL ULUM ELLAK DAYA  
LENTENG TAHUN 2019**

(Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi)

**SKRIPSI**



Oleh:

**Ahmad Sayudi**

**NPM: 15852011A001732**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
(STKIP PGRI) SUMENEP  
TAHUN 2019**