Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 15%

Date: Friday, January 22, 2021
Statistics: 1677 words Plagiarized / 11478 Total words
Remarks: Low Plagiarism Detected - Your Document needs Optional Improvement.

Pengaruh Latihan Yoga Exercise Terhadap Peningkatan Hasil Ketepatan Shooting Pada Cabang Olahraga Petanque Di klub Petanque Nusantara Kota Kediri PROPOSAL SKRIPSI Diajukan Untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Pada Prodi PENJASKESREK FIKS UN PGRI Kediri / OLEH : LIVIA AGUSTIN NPM : 16.1.01.09.0001 FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS) UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA UN PGRI KEDIRI 2020 BAB I PENDAHULUAN A.Latar Belakang Olahraga adalah kegiatan yang memiliki peran penting di kehidupan modern sekarang yang manfaatnya sebagai kebutuhan untuk menjaga kondisi tubuh agar tetap sehat jasmani, rohani ditambah menjadikan kepribadian disiplin, sportivitas yang tinggi agar menjadi manusia yang berkualitas. Olahraga pun dijadikan arena adu prestasi maupun hanya mencari manfaat olahraga agar tubuh tetap sehat dan memperoleh kesenangan.

Menurut Edward, dkk (kinasih,2010) menyatakan bahwa setiap orang meniliki cara-cara tersendiri untuk meningkatkan kualitas hidupnya. salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mencapai kualitas hidup adalah berlatih yoga yang disebut Somvir (2008) sebagai latihan yang mudah dan murah untuk memperoleh kesehatan tubuh serta kebahagiaan. Berdasarkan Souef (2015 : 20) , yang menyatakan bahwa petanque dasar karakter olahraganya cenderung membutuhkan akurasi dan juga tanpa tenaga yang berlebihan, bagi siapapun yang ingin bermain petanque tidak peduli berapa umur, jenis kelamin dan jabatannya diperbolehkan memainkan olahraga ini.

Olahraga petanque merupakan termasuk olahraga prestasi yang bentuk permainannya boules yang bertujuan melempar bosi (bola besi) sedekat mungkin dengan bola kayu yang disebut cochonnet dan posisi kaki harus berada dilingkaran kecil. Pada tahun 1907 merupakan tahun terbentuknya asli permainan ini di La Ciotat,di Provence,di selatan