

**PENGEMBANGAN ALAT LATIHAN POWER OTOT  
LENGAN PADA ATLET LEMPAR LEMBING**



Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian  
Syarat - Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan

Oleh :  
**MUHAMMAD ALWI RAHMAN**  
NIM : 6171111019

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
2022**