

**PENGARUH MANIPULASI MASASE OLAHRAGA TERHADAP
ISTIRAHAT ATLET *SPRINTER* PADA PROGRAM PELATIHAN
JANGKA PANJANG PON 2024 SUMATERA UTARA**

SKRIPSI



Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Memperoleh
Gelar Pendidikan Sarjana

Oleh:

RAJALI HADI HARAHAP
NIM. 6193111021

THE
Character Building
UNIVERSITY

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2023**