

**PENGARUH LATIHAN *RESISTANCE BAND* DAN LATIHAN
PUSH UP TERHADAP *POWER* OTOT LENGAN PADA
ATLET SHIROITE KARATEDO DOJO AHS**

SKRIPSI



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Olahraga**

**OLEH:
CALVIN AUDIVA HARIANJA
NIM: 6193111011**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2025**