

**PENGARUH LATIHAN *RESISTANCE BAND* DAN *BATTLE*
ROPES TERHADAP *POWER* OTOT LENGAN
ATLET PUTRA UNIMED *HOCKEY*
CLUB TAHUN 2023**

SKRIPSI



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

OLEH:

SEVEN P. SARAGIH

NIM: 6193121031

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2024**