

**PENGARUH LATIHAN *RESISTANCE BAND LEG PRESS* DAN
RESISITANCE BAND LYING LEG PRESS TERHADAP
POWER OTOT TUNGKAI HASIL *SHOOTING* PADA
ATLET USIA 15-16 TAHUN SSB SEJATI
PRATAMA MEDAN JOHOR
TAHUN 2024**

SKRIPSI



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

Oleh :

**ANUGRAH ABTA SK
NIM. 6193121047**

**JURUAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2025**