

**UPAYA PENINGKATKAN KEKUATAN OTOT LENGAN MELALUI  
LATIHAN *DIPPING* PADA ATLET PUTRA SENAM ALAT  
PALANG SEJAJAR PERSANI KOTA MEDAN  
TAHUN 2012.**

**SKRIPSI**

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

**Oleh :**

**Muhammad Khairiza  
071266210075**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN  
2012**