

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *MEDICINE BALL TWIST*
DENGAN LATIHAN *HORIZONTAL SWING* TERHADAP
PENINGKATAN
POWER OTOT LENGAN DAN KEMAMPUAN *PUSH*
PADA ATLET PUTRA UNIMED *HOCKEY*
CLUB TAHUN 2012**

SKRIPSI

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

NASRUN EFENDI

NIM: 071266220157



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

2013