

**KONTRIBUSI LATIHAN *HAND GRIP*, *TWISTER BAR* DAN *SQUAT*  
TERHADAP HASIL BANTINGAN KAYANG (*JUBLISH DEPAN*)  
ATLET GULAT PUSAT PENDIDIKAN LATIHAN PELAJAR  
(PPLP SUMUT) MEDAN  
TAHUN 2014**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai  
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan

Oleh :

**PUTRA MAULANA**  
609421027



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

**2014**