

Pengaruh Latihan *Medicine Ball Sit-Up Throw* Dan Latihan *Medicine Ball Overhead Throw* Terhadap Peningkatan *Power* Otot Lengan Pada Atlet Petarung Putera Olahraga Beladiri Tarung Derajat Kurata III-V Satuan Latihan UNIMED Tahun 2016

SKRIPSI

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

Oleh

DEDDY IRVAN FAHRI SITORUS

NIM. 6113321011



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

2016