

**PENGARUH LATIHAN SIRKUIT TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN
OTOT LENGAN PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1
SUNGGAL TAHUN AJARAN 2020/2021**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*

OLEH:

WIRA ANDIKA SIMANGUNSONG
NIM. 6153111051

THE
Character Building
UNIVERSITY

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2021**