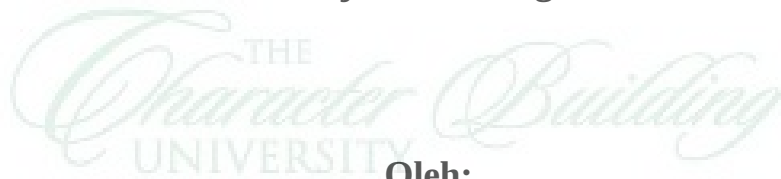


**PENGARUH *HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING*
(HIIT) TERHADAP *POWER* OTOT TUNGKAI ATLET
KYORUGI TAEKWONDO MIMAC KOTA
PEMATANGSIANTAR**

SKRIPSI



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Olahraga**



Oleh:

**YOHANA ALFANY
NIM. 6221210002**

**JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2026**