

**PENGARUH LATIHAN *BICEP CURL* DAN *INCLINE PUSH UP*
TERHADAP *POWER* OTOT LENGAN PADA ATLET
PUTRI UNIMED *HOCKEY CLUB*
TAHUN 2025**

SKRIPSI



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



OLEH:

**FRIYA RIZKA SIREGAR
NIM: 6211121045**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2026**