

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN LEMPARAN KEDALAM
PERMAINAN SEPAK BOLA MELALUI LATIHAN
MEDICINE BALL THROW KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SEPAK BOLA
SMA SERIBUDOLOK
TAHUN 2013**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat-syarat

Untuk memperoleh gelar sarjana

OLEH

JONI F.RUMAHORBO

NIM: 608321099



FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

2013