

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *DUMBBLE PRESS* DAN LATIHAN  
*FORWARD RAISE* DENGAN *DUMBBLE* TERHADAP HASIL *SMASH*  
BOLA VOLI PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMA  
NEGERI I KOTAPINANG TAHUN AJARAN  
2014/2015**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai  
Syarat Sidang Meja Hijau**

**Oleh:**

**BUDI ARDIANSYAH DASOPANG  
NIM. 6103321024**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

**UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

**2015**