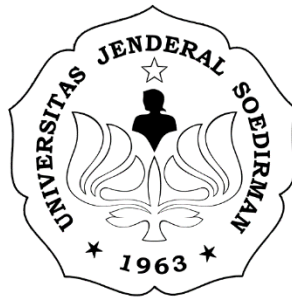


**PENGARUH LATIHAN *MEDICINE BALL SLAMS* TERHADAP *POWER*
OTOT LENGAN DAN KEKUATAN OTOT PERUT PADA ATLET
BOLA VOLI SRIKANDI *VOLLEYBALL CLUB* BANYUMAS**

SKRIPSI



**Oleh:
DZAKY NUR IRSYAD
I1E020013**

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2025**

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN *MEDICINE BALL SLAMS* TERHADAP *POWER* OTOT LENGAN DAN KEKUATAN OTOT PERUT PADA ATLET BOLA VOLI SRIKANDI *VOLLEYBALL CLUB* BANYUMAS

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada
Jurusan Penjas Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Jenderal Soedirman
Purwokerto



Oleh:
DZAKY NUR IRSYAD
I1E020013

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2025**