

**HUBUNGAN ANTARA PERSEN MASSA OTOT DAN PERSEN
LEMAK DENGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN
KEKUATAN OTOT TUNGKAI PADA ATLET BELA DIRI DI
BANYUMAS**

SKRIPSI



Oleh:

ALMIRA VARSHYA ADITYANI

I1D021073

UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU GIZI

PURWOKERTO

2025

**2025 HUBUNGAN ANTARA PERSEN MASSA OTOT DAN
PERSEN LEMAK DENGAN KEKUATAN OTOT LENGAN
DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI PADA ATLET BELA
DIRI DI BANYUMAS**

SKRIPSI

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



ALMIRA VARSHYA ADITYANI

I1D021073

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
PURWOKERTO**

2025