

**PENGARUH VARIASI LATIHAN *PLANK* DAN *PUSH UP* TERHADAP
KEKUATAN OTOT LENGAN PADA ATLET BULUTANGKIS
PUTRA KLUB PATUNAS KUALA TUNGKAL**

SKRIPSI

Oleh:

PANJI WICAKSONO

K1A217012



**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI**

2021