

**PENGARUH LATIHAN *MEDICINE BALL* DAN *RESISTANCE BAND* TERHADAP
HASIL LEMPARAN *FAST BOWLING* MAHASISWA UNIT KEGIATAN
MAHASISWA (UKM) CRICKET UNIVERSITAS JAMBI**

SKRIPSI



**OLEH
M. SUGENG SAMSUL MA'ARIF
NIM K1A218017**

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

2023

**PENGARUH LATIHAN *MEDICINE BALL* DAN *RESISTANCE BAND* TERHADAP
HASIL LEMPARAN *FAST BOWLING* MAHASISWA UNIT KEGIATAN
MAHASISWA (UKM) CRICKET UNIVERSITAS JAMBI**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Jambi
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana kepelatihan olahraga**



oleh

M. Sugeng Samsul Ma'arif

NIM K1A218017

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

2023