

**PENGARUH VARIASI LATIHAN BEBAN TERHADAP
PENINGKATAN *POWER* OTOT LENGAN PENCAK SILAT**

(Eksperimen pada atlet UKM Pencak Silat Universitas Perjuangan Tasikmalaya)

**DEDEH SUTIYAWATI
162191103**

Pembimbing I, disetujui oleh Pembimbing II,

**Dr. H. Iis Marwan S.H,M.Pd
NIP. 1964081819901001**

**Deni Setiawan, M.Pd
NIDN. 0425018302**

Dekan, disahkan oleh Ketua Jurusan,

**Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd
NIP. 106304091989111001**

**H. Abdul Narlan, M.Pd
NIDN. 0415116301**