

**PENGARUH MANIPULASI *EFFRICTION* PADA BAGIAN  
TENGKUK LEHER DAN PUNGGUNG TERHADAP  
PENURUNAN KECEMASAN ATLET  
TARUNG DERAJAT**

(Studi Kasus pada Atlet Tarung Derajat Kabupaten Cirebon Tahun 2024)

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

**GITA LARASATI  
202191192**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA  
2024**