

**PERBANDINGAN JOGING DAN *MASSAGE* TERHADAP
PENURUNAN KADAR ASAM LAKTAT PADA SISWA AKADEMI
FUTSAL EMBRIO INDONESIA**



AKHBAR SAPUTRA S

6815153566

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Mendapatkan Gelar Sarjana**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2019**