

**Pengaruh Latihan Relaksasi Terhadap Penurunan
Kecemasan Dan Tekanan Darah Atlet Pencak Silat
Kabupaten Tangerang**



**Agnes Widia Astuti
6815123207**

Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga

**PRODI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
Juli, 2016**