

**PERBANDINGAN HASIL LATIHAN
KONTRAKSI OTOT ISOTONIK DAN ISOMETRIK
TERHADAP KEKUATAN OTOT *TRICEPS BRACHII*
PADA MAHASISWA IKOR ANGKATAN 2015
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**



**AHMAD KHAERUL FADLY
6815127867
ILMU KEOLAHRAGAAN**

**Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JULI, 2016**