

**PERBEDAAN EFEK PENAMBAHAN JUMLAH BEBAN DAN
PERUBAHAN SUDUT LENGAN BAWAH PADA LATIHAN
PROGRESSIVE RESISTANCE EXERCISE (PRE) TERHADAP
PENINGKATAN KEKUATAN OTOT BICEPS BRACHII**



SKRIPSI

**Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Meraih Gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi**

Oleh :

**Rahman Parlindungan
2005.65.008**

**FAKULTAS FISIOTERAPI
PROGRAM DIV FISIOTERAPI
UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

Jakarta 2010