

**SKRIPSI**

**PERBEDAAN LATIHAN BARBELL PREACHER CURL  
MENGUNAKAN METODE DAILY ADJUSTABLE PROGRESSIVE  
RESISTANCE EXERCISE DAN LATIHAN BARBELL PREACHER CURL  
MENGUNAKAN METODE DE LORME TERHADAP PENINGKATKAN  
KEKUATAN OTOT BICEPS BRACHII**



Diajukan Oleh :

**Reagen Saputra**

**2012-66-188**

**PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI**

**FAKULTAS FISIOTERAPI**

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**JAKARTA**

**2014**