

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Dewan Redaksi.....	ii
Daftar Isi.....	iii
Meningkatkan Servis Panjang Bulutangkis Melalui Metode <i>Blocked Practice</i> Dan Audiovisual, Rika Dila Tamiyanti, Tatang Muhtar, Tedi Supriyadi & Dewi Susilawati	1-12
Pengaruh Latihan Beban Terhadap Kekuatan Otot Tungkai, Ade Irma Viani Nasution, Ardi Nusri, Nurman Hasibuan, Alin Anggreni Ginting & Puji Ratno	13-21
Hubungan Pengetahuan, Usia Dan <i>Gender</i> Terhadap Konsumsi <i>Supplement</i> , Fadil Ali Syahbana & Sugiharto	22-34
Pengaruh Latihan <i>Endurance</i> Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskular Dengan Menggunakan Aplikasi Kelas Fitness, Aisyatul Aslamia Siregar, Zulaini, Syamsul Gultom, Nurman Hasibuan & Puji Ratno.....	35-43
Analisis Gerak Pukulan Lurus Pencak Silat Perguruan Persaudaraan Setia Hati Terate, Mohammad Fatqi Hidayat & Sugiharto	44-52
Efek <i>Sport Massage (Effleurage, Friction, Dan Vibration)</i> Terhadap Kelentukan Punggung Hingga Tungkai, Novan Alrizki Wijaya, Sri Sumartiningsih, Sugiharto, Khoiril Anam & Muhammad Muhibbi.....	53-64
Analisis Peranan Pelatih Terhadap Motivasi Pemain Timnas Sepakbola Indonesia, Zulpikar Ilham, Miftahul Ihsan, Deni Rahman Marpaung, Ade Ros Riza & Filli Azandi.....	65-77