

**HUBUNGAN DURASI TIDUR TERHADAP KEBUGARAN JASMANI
SANTRI SMA PONDOK PESANTREN MODERN**

Skripsi

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani**



GOJIN MUKTAQIN

NIM.2124220160

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS GALUH**

2026