

EFEKTIFITAS METODE LATIHAN *PLYOMETRIC KNEE TUCK JUMP* DAN METODE LATIHAN *PLYOMETRIC DOUBLE LEG HOPS* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI ATLET PUTRA KLUB BOLA VOLI M2 KOTA BEKASI



IMAMSYAH ADHISATRIO

6315102861

PENDIDIKAN KEPELATIHAN

Skripsi ini Di Tulis Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**FAKULTAS ILMU OLAAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2017