

**PENGARUH LATIHAN PLYOMETRIK TERHADAP  
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI**

(Eksperimen Pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Basket MTs Negeri 22 Jakarta)

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan



Oleh

**Kharisma Nur Muhammad Fath**

**192191049**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SILIWANGI  
TASIKMALAYA**

**2023**