

**PERBANDINGAN PENGARUH LATIHAN LOMPAT NAIK
TURUN TANGGA SATU KAKI DENGAN LATIHAN LOMPAT
NAIK TURUN TANGGA DUA KAKI TERHADAP *POWER*
OTOT TUNGKAI**

(Eksperimen Pada Anggota Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMPN 1 Jatiwaras)

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :

Galang Aulia Rahmanadiredja

192191204

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2023**