

**PENGARUH BENTUK-BENTUK LATIHAN *PLYOMETRIC* TERHADAP
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI IMPLIKASI PADA *SPIKE*
PERMAINAN BOLA VOLI**

(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Negeri 5 Kota
Tasikmalaya Tahun Ajaran 2021/2022)

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

MELI RESTI FAUZI

182191176

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