

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC* TERHADAP PENINGKATAN
POWER OTOT LENGAN DAN IMPLIKASINYA TERHADAP
KEMAMPUAN *SMASH* PADA ATLET BOLA VOLI
EKSTRAKURIKULER SMAN 1 CIKATOMAS**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan



oleh

**LIA NATA
222191197**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SILIWANGI
TASIKMALAYA
2026**