

**PENGARUH LATIHAN PLIOMETRIK *ZIG-ZAG DRILL*
TERHADAP PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI**

(Eksperimen pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal Putra SMA Negeri 2 Kuningan
Tahun Ajaran 2020/2021)

**DHIMAS ADITYA LESMANA
172191057**

disetujui oleh

Pembimbing I,

Pembimbing II,

**H. Agus Mulyadi, M. Pd
NIDN. 0427086201**

**Dr. Nanang Kusnadi, M.Pd
NIDN. 0403097602**

disahkan oleh

Dekan,

Ketua Jurusan,

**Dr. H. Cucu Hidayat, M. Pd
NIDN. 0009046301**

**H. Abdul Narlan, M. Pd
NIDN. 0415116301**