

**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)

MELI RESTI FAUZI
182191176

Disetujui oleh,

Pembimbing I,



Resty Agustriyani, M.Pd
NIDN 0003088702

Pembimbing II,



Iman Rubiana, M.Pd
NIDN 0422048304

Disahkan oleh,

Dekan FKIP
Universitas Siliwangi,



Dr. H. Nanang Ratnaningsih, M.Pd
NIP 196605302021212001

Ketua Jurusan
Pendidikan Jasmani,



Dr. Nanang Kusnadi, M.Pd
NIDN 0403097602