

**PENGARUH LATIHAN *BURPEE* DAN *STEP UP BURPEE* TERHADAP
DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI PADA ATLET BOLA
VOLI PUTRA BINA VOLI BANYUMAS (BVB)**

Skripsi



**Oleh:
Mahesa Aji Pangestu
I1E020038**

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2024**