

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC JUMP BOX*
TERHADAP *POWER OTOT TUNGKAI PADA*
SISWA EKSTRAKURIKULERFUTSAL
SMK SWAGAYA 1 PURWOKERTO**

SKRIPSI



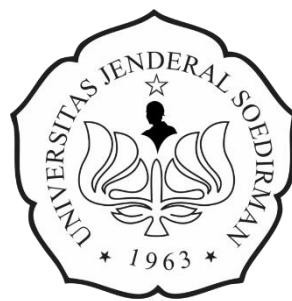
Oleh :
YUDISTHIRA PANGESTU
I1E019008

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2025**

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC JUMP BOX*
TERHADAP *POWER OTOT TUNGKAI PADA*
SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
SMK SWAGAYA 1 PURWOKERTO**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Jenderal Soedirman
Purwokerto



Oleh :

YUDISTHIRA PANGESTU

I1E019008

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI
PURWOKERTO
2025**