

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC FRONT CONE HOPS* DAN *DEPTH JUMP* TERHADAP *POWER* OTOT TUNGKAI
ATLET PUTRA PERGURUAN PENCAK SILAT
AL HIKMAH AR RAHIM DELI SERDANG
TAHUN 2021**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Syarat-syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan
Oleh:

THE
Character Building
UNIVERSITY
Muharram
Nim : 6172121020

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGER MEDAN
2023**