

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC* TERHADAP PENINGKATAN
KECEPATAN TENDANGAN *DOLLYO CHAGI* PADA
SISWA EKSTRAKURIKULER TAEKWONDO
SMP L.J.G. BERASTAGI**

SKRIPSI



**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat – Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

Oleh:

**YAHYA RASPATI SURBAKTI
NIM. 6203111089**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2025**