

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *MULTIPLE BOX TO BOX JUMP*  
DENGAN LATIHAN *SINGLE LEG BOUND BOX* TERHADAP  
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI DAN HASIL  
*SMASH BOLA VOLI PUTRA CLUB TVRI MEDAN*  
TAHUN 2015/2016**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai  
Syarat - Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan**

**OLEH:**

**EVREDI GINTING  
NIM : 6113321018**



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN**

**2017**