

**PENGARUH LATIHAN *JUMP TO BOX* DAN *STRAIGHT-LEG BOUND*
TERHADAP PENINGKATAN DAYA LEDAK OTOT
TUNGKAI PADA ATLET PUTRA BOLA
VOLI CLUB BANK SUMUT
TAHUN 2025**

SKRIPSI



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



Oleh:

JIMMY ANDREAS PAKJASARI BANUREA
NIM. 6203321047

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2026**