

**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN *DEPTH JUMP* DENGAN
LATIHAN *SIDE HOP* TERHADAP PENINGKATAN *POWER*
OTOT TUNGKAI DAN HASIL *SMASH* BOLAVOLI PADA
PEMAIN *EKSTRAKURIKULER* SMA
N. 2 KISARAN TAHUN 2015**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan/Olahraga**

OLEH :

ISYA ANUGRAH SITOMPUL
NIM : 6113121041



**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
2016**