

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRICS* BENTUK *SPLIT JUMP* dan *KNEE TUCK JUMP* TERHADAP PENINGKATAN POWER OTOT TUNGKAI dan DUKUNGANNYA TERHADAP HASIL SHOOTING PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga**



**Oleh :**

**Raya Citra Priatama**

**0906674**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**2014**

Raya Citra Priatama, 2014

***PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRICS* BENTUK *SPLIT JUMP* dan *KNEE TUCK JUMP* TERHADAP PENINGKATAN POWER OTOT TUNGKAI dan DUKUNGANNYA TERHADAP HASIL SHOOTING PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA***

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRICS* BENTUK *SPLIT JUMP* dan *KNEE TUCK JUMP* TERHADAP PENINGKATAN POWER OTOT TUNGKAI dan DUKUNGANNYA TERHADAP HASIL SHOOTING PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA**

Oleh  
**Raya Citra Priatama**  
**NIM : 0906674**

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Raya Citra Priatama  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Juli 2014

Hak cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

## LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Raya Citra Priatama  
Nim : 0906674  
Judul : Pengaruh Latihan *Plyometrics Bentuk Split Jump dan Knee-tuck Jump* Terhadap peningkatan *Power* Otot Tungkai dan Dukungannya Terhadap Hasil Shooting Pada Cabang Olahraga Sepakbola

Disetujui dan disahkan oleh

Pembimbing I,

(Dr. H. R. Boyke Mulyana, M.Pd.)  
NIP: 196210231989031001

Pembimbing II,

(Iman Imanudin, M.Pd)  
NIP: 197508102001121001

Diketahui oleh

Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan

(Dr. H. R. Boyke Mulyana, M.Pd.)  
NIP: 196210231989031001