

**PENGARUH LATIHAN *SQUAD JUMP* DAN NAIK TURUN TANGGA  
TERHADAP DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI ATLET ANGGAR  
UKM UNIVERSITAS JAMBI**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Jambi**

**Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan**

**Program Sarjana Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**



**OLEH**

**GAMA PUTRA PRATAMA**

**NIM K1A117068**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLARHAGA DAN KESEHATAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA DAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS JAMBI**

**2021**