

PENGARUH LATIHAN POWER STEP-UP DENGAN LUNGE JUMP
TERHADAP PENINGKATAN POWER TUNGKAI

Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Erik Firmansyah

Nim : 2124210075

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS GALUH CIAMIS

2025