

**PENGARUH LATIHAN *FROG HOPS* DAN *MOUNTAIN CLIMBERS*
TERHADAP PENINGKATAN *POWER TUNGKAI* TIM SEPAKBOLA SMK
AL-IHYA SELAJAMBE**

Skripsi

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam
Menempuh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani**



Oleh :

Faridz Muhamad Samsudin

NIM : 2124220038

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

2026