

**PENGARUH TEKNIK PEREGANGAN *PNF DYNAMIC*
STRECHING DAN *DEPTH JUMP* DALAM MENINGKATKAN
KETEPATAN SMASH PADA SISWA EKSTRAKURIKULER
BOLA VOLI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

Skripsi Oleh :

M ALBAR ABIMANYU

Nomor Induk Mahasiswa 2019151158

Program Studi Pendidikan Jasmani



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2023/2024

**PENGARUH TEKNIK PEREGANGAN *PNF DYNAMIC STRECHING* DAN
DEPTH JUMP TERHADAP KETEPATAN SMASH PADA SISWA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI SMA NEGERI 2 PALEMBANG**

Skripsi Oleh

Nama Mahasiswa : M Albar Abimanyu

N I M : 2019151158

Program Studi : Pendidikan Jasmani

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG
TAHUN 2024**

Di setuju oleh :

Pembimbing Utama,



Bury Rizhardi, M.Pd

NIDN. 0227088801

Pembimbing Pendamping,



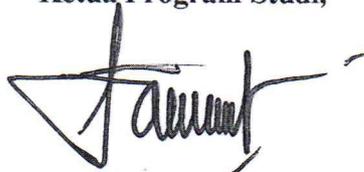
Mutiara Fajar, M.Pd

NIDN. 0206048901

Disahkan oleh :

a.n Dekan FKIP

Ketua Program Studi,



Farizal Imansyah, M.Pd

NIDN. 0212028703