

**PENGARUH LATIHAN *SQUAT JUMP* DAN *JUMPING JACKS*
TERHADAP KEMAMPUAN SMASH DALAM EKSTRAKURIKULER
PERMAINAN BOLA VOLI DI SMA 05 KARANG JAYA**

Skripsi

Oleh :

MARDAN RISKY

Nomor Induk Mahasiswa 2020151091

Program Studi Pendidikan Jasmani



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2024

**PENGARUH LATIHAN *SQUAT JUMP* DAN *JUMPING JACKS*
TERHADAP KEMAMPUAN SMASH DALAM EKSTRAKURIKULER
PERMAINAN BOLA VOLI DI SMA 05 KARANG JAYA**

Skripsi

Oleh :

MARDAN RISKY

Nomor Induk Mahasiswa 2020151091

Program Studi Pendidikan Jasmani

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2024

Disetujui oleh:

Pembimbing Utama,



**Bambang Hermansah, M.Pd
NIDN. 0216028901**

Pembimbing Pendamping,



**Hikmah Lestari, M.Pd
NIDN. 0229068801**

**Disahkan Oleh
a.n Dekan FKIP,
Ketua Program Studi**



**Farizal Imansyah, M.Pd.
NIDN. 0212028703**