

**PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI AKIBAT
LATIHAN *KNEE TUCK JUMP* PADA PEMAIN SEPAK TAKRAW
SMP NEGERI 1 KATINGAN HILIR KABUPATEN KATINGAN
KALIMANTAN TENGAH**

**BAYU ISMAYA
NIM. 1620129310002**



**PROGRAM STUDI MAGISTER
KEGURUAN OLAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARBARU
2020**