

**PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC KNEE TUCK JUMP* DAN  
*BARRIER HOPS* TERHADAP DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI  
PEMAIN FUTSAL SMAN 3 BANJARMASIN**



**OLEH:  
MATHLAUL ANWAR  
NIM. A2D114011**

**TESIS**

**Ditulis Kepada Universitas Lambung Mangkurat Untuk Memenuhi Salah  
Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan  
Pada Program Magister Keguruan Olahraga**

**KEMENTERIAN RISET TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM KEGURUAN OLARAHAGA (S2)  
JUNI 2016**