

**PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC
DEPTH JUMP* DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI
PADA PEMAIN BOLA VOLI
DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada
Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh
DWI PUJI LESTARI
E2014013

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
SURAKARTA
2018**

**PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC
DEPTH JUMP* DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI
PADA PEMAIN BOLA VOLI
DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT**

SKRIPSI

Oleh
DWI PUJI LESTARI
E2014013

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

**PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC*
DEPTH JUMP DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP
PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI
PADA PEMAIN BOLA VOLI
DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada
Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiah Surakarta**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC DEPTH JUMP* DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI PADA PEMAIN BOLA VOLI DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ' Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES ' Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawab kan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES ' Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 9 Juli 2018



Dwi Puji Lestari
NIM. E2014013

PERSETUJUAN PEMBIMBING

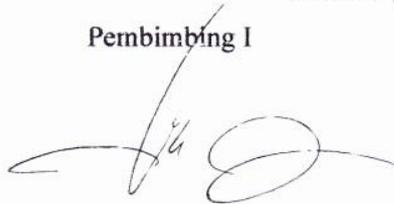
Skripsi dengan judul :

PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC DEPTH JUMP* DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI PADA PEMAIN BOLA VOLI DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang skripsi Program Studi IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

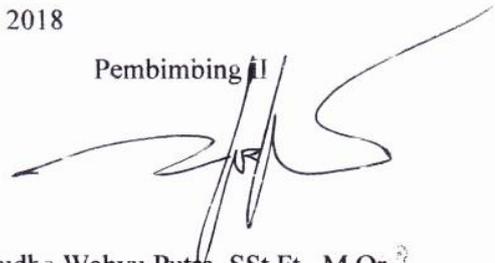
Surakarta, 4 juli 2018

Pembimbing I



Indarwati, S.KM., M.Kes
NIDN. 0621076904

Pembimbing II



Yudha Wahyu Putra, SSt.Ft., M.Or
NIDN. 0621058704

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S. MPh., M.Kes
NIDK. 9906000450

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN *PLYOMETRIC DEPTH JUMP* DAN *BOX TO JUMP* TERHADAP PENINGKATAN *POWER* OTOT TUNGKAI PADA PEMAIN BOLA VOLI DI SMA NEGERI KEBAKKRAMAT

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal 9, juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 9 Juli 2018

Mengesahkan.

- Penguji
1. Maskun Pudjianto, S. MPH., M.Kes
NIDK. 9906000450
 2. Indarwati, S.KM., M.Kes
NIDN. 0621076904
 3. Yudha Wahyu Putra, SSt.Ft., M.Or
NIDN. 0621058704

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui,
Kaprosdi DIV Fisioterapi

(.....)

Maskun Pudjianto, S.MPH,M.Kes
NIDK. 9906000450

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

Indarwati, S.KM., M.Kes

Yudha Wahyu Putra, SSt.Ft., M.Or

Maskun Pudjianto, S. MPH.,M.Kes

Selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberi pengarahan, diskusi dan bimbingan serta persetujuan sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dan penyusunan skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Pemberian *Plyometric Depth Jump* Dan *Box To Jump* Terhadap Peningkatan *Power* Otot Tungkai Pada Pemain Bola Voli Di SMA Negeri Kebakkramat”

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.

1. Maskun Pudjianto, S.MPH, M.Kes selaku KAPRODI DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Winarni, S.SiT., MPH selaku WAKAPRODI DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Indarwati, S.KM., M.Kes dan Yudha Wahyu Putra, SSt.Ft., M.Or selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan kritik dan saran bimbingan maupun arahan yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak/Ibu dosen dan staff di lingkungan Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
5. Segenap dosen pengajar, karyawan dan staf tata usaha STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Kedua orang tua dan keluarga besar yang selalu memberikan semangat dan dukungan tanpa batas waktu.
7. Sahabat, teman dan orang-orang yang selalu ada untuk memberikan bantuan dan dukungan baik dalam keadaan suka maupun duka.
8. Teman seperjuangan DIV Fisioterapi angkatan 2014 STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, serta pembimbing lahan yang telah memberikan semangat kepada peneliti.
9. Semua pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis berusaha memaksimalkan segala kemampuan dalam penyusunan skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi salah satu karya tulis dari hasil pembelajaran yang sudah ditempuh kurang lebih selama 4 tahun. Semogaskripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para fisioterapis dan lembaga kesehatan.

Karanganyar, 2018
Penulis

Dwi Puji Lestari