TESIS

EFEKTIFITAS PEMBERIAN LATIHAN PLIOMETRIK TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN, FLEKSIBILITAS SENDI, DAN MENCEGAH CEDERA OTOT PADA PEMAIN (SSB MAHAYANA INDONESIA)

Disusun Oleh :

Afri Rachmawan
NIM. 235112062

FAKULTAS PASCA SARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS STRADA INDONESIA
2026