



UNIVERSITAS ESA UNGGUL

**PERBEDAAN LATIHAN *STATIC STRETCHING* DAN LATIHAN
BALLISTIC STRETCHING TERHADAP FLEKSIBILITAS HAMSTRING
PADA PEMAIN FUTSAL**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Fisioterapi

ERLAN SOFYAN

2016-0606-017

PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2020