



LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**PERBEDAAN LATIHAN BALLISTIC STRETCHING DAN LATIHAN
NORDIC HAMSTRING TERHADAP PENINGKATAN
EKSTENSIBILITAS HAMSTRING ATLET TAEKWONDO PADA KASUS
HAMSTRING MUSCLE TIGHTNESS**

Nama : Setyo Prayogi
NIM : 2017-0606-053

Pembimbing I

(Amriansyah Syetiawinanda, Ftr, M.Or)

Pembimbing II

(Dr. Heri Priatna, SKM, S.Sos, Ftr, MM, Sp.FOM)