

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Latihan Fitness Menggunakan Alat <i>Rowing Machine</i>	11
2.2. Latihan Menggunakan Alat Fitness <i>Bench Press</i>	14
2.3. Jenis Alat <i>fitnest Park</i>	16
2.4. Kerangka Berfikir	27
3.1. Langkah-langkah Penelitian dan Pengembangan	30
3.2. Desain Produk Awal Sebelum Divalidasi Ahli	32
3.3. Bahan Penunjang Pembuatan Produk	32
3.4. Dua Jenis Alat Fitness yang akan digabungkan Menjadi Satu Alat Fitness	32
4.1. Grafik peresentase kuisisioner sampel Mahasiswa (Pengujian pertama)	46
4.2. Produk Sebelum Direvisi pengujian pertama	48
4.3. Produk Setelah Direvisi pengujian pertama	49
4.4. Grafik peresentase kuisisioner sampel masyarakat (Pengujian tahap ke II)	53
4.6.1. langkah – langkah pemasangan alat	60
4.6.2. Langkah – langkah menggunakan alat fitness park	63

