

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Flick</i>	14
Gambar 2.2 Pelaksanaan <i>Push Up</i>	22
Gambar 2.3 Gerak Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	24
Gambar 3.1 Desain Penelitian	27
Gambar 3.2 Tes Kemampuan <i>Flick</i>	30
Gambar 3.3 Tes <i>Medicine Ball</i>	31
Gambar 3.4 Tes <i>Vertical Jump</i>	32

