

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Melakukan Box jump	14
Gambar 2. 2 Gerakan Lateral jump	22
Gambar 2. 3 Posisi sikap Joonbie	30
Gambar 2. 4 Posisi Charyeout.....	31
Gambar 2. 5 Posisi Kyong-Re.....	32
Gambar 2. 6 Tendangan Dollyo chagi	33
Gambar 2. 7 Kerangka Berpikir	38
Gambar 4. 1 Grafik Data Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol.....	56
Gambar 4. 2 Grafik Data Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen .	57
Gambar 4. 3 Grafik Data Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol	59
Gambar 4. 4 Grafik Data Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen	60
Gambar 4. 5 Perbandingan Rata-rata Power Tendangan Dolly chagi	63
Gambar 4. 6 Hasil Uji Normalitas Data	65
Gambar 4. 7 Hasil Uji Hipotesis Data.....	67
Gambar 4. 8 Pemanasan Sebelum Tindakan	73
Gambar 4. 9 Pelatihan Polymetric Box jump.....	74
Gambar 4. 10 Pelatihan Polymetric Lateral jump	75
Gambar 4. 11 Tendangan Dolly chagi	76

