

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Cara Melakukan Awalan Lompat Jauh.....	19
2. Cara Melakukan Tolakan Lompat Jauh.....	20
3. Sikap Badan Saat Melayang.....	21
4. Mendarat Dalam Lompat Jauh.....	22
5. Rangkaian Gerakan Lompat Jauh.....	23
6. Model Engklek.....	29
7. Lompat Tali.....	30
8. Balap Karung.....	33
9. Desain Penelitian.....	38
10. Diagram Tes Awal.....	46
11. Diagram Siklus I.....	51
12. Diagram Siklus II.....	55
13. Grafik Perbandingan Tes.....	56