

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1. Lapangan Bola Voli .....	15
2.2. Gerakan <i>Smash</i> .....	18
2.3. Gambar Otot Tungkai .....	21
2.4. Alat Ukur Tinggi Badan.....	24
2.5. Kontraksi Otot Lengan.....	26
3.1. Desain Penelitian.....	34
3.2. Cara Melakukan <i>Vertical Jump</i> .....	36
3.3. Cara Mengukur Tinggi Badan.....	37
3.4. Tes <i>pull and push dynamometer</i> .....	38
3.5. Lapangan Tes <i>Smash/Spike</i> .....	42
4.1. Histogram sebaran data hasil <i>smash</i> bola voli .....	46
4.2. Histogram sebaran data daya ledak otot tungkai ( $X_1$ ).....	47
4.3. Histogram sebaran data tinggi badan ( $X_2$ ) .....	49
4.4. Histogram sebaran data kekuatan otot lengan ( $X_3$ ).....	50