

DAFTAR GAMBAR

2.1 : Fase Persiapan <i>Jump Shoot</i>	13
2.2 : Fase Pelaksanaan <i>Jump Shoot</i>	13
2.3 : Fase <i>Follow Trough</i>	13
2.4 : Latihan <i>Push Up</i>	20
2.5 : Latihan <i>Medicine Ball Release Push Ups With Partner</i>	21
2.6 : Latihan Naik Turun Bangku	21
2.7 : Latihan <i>Box Drop Jump Shoot</i>	22
2.8 : Latihan <i>Burrier Jumps : Forward and Backward</i>	23
2.9 : Latihan <i>Sirkuit</i>	24
3.1 : Skema Siklus Dalam PTK (Suryadi,2010:50)	37
4.1 : Diagram Tes Awal	43
4.2 : Diagram Siklus I	46
4.3 : Diagram Siklus II	50
4.4 : Grafik Perbandingan tes awal, Siklus I dan Siklus II	51

