

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR	Halaman
1. Posisi Saat Melompat.....	14
2. Posisi Saat Melengkungkan Badan	14
3. Posisi Saat Dorongan Kekuatan Otot Perut	15
4. Rangkaian Gerak Menyundul Bola.....	15
5. Otot Tungkai Bagian Atas	18
6. Otot Tungkai Bagian Bawah.....	20
7. Otot Perut	22
8. Desain Penelitian	30
9. Vertical Jump	32
10. Sit Up	33
11. Trunk Extension.....	34
12. Tes Heading	35
13. Diagram Batang Hasil Pengukuran Power Otot Tungkai	41
14. Diagram Batang Hasil Pengukuran Kekuatan Otot Perut.....	42
15. Diagram Batang Hasil Pengukuran Kelentukan	43
16. Diagram Batang Hasil Pengukuran Menyundul Bola.....	44
17. Foto Pengambilan Data Power Otot Tungkai	73
18. Foto Pengambilan Data Kekuatan Otot Perut	74
19. Foto Pengambilan Data Kelentukan	75
20. Foto Pengambilan Data Tes Heading.....	76
21. Foto Pengambilan Jarak Bola Jatuh Tes Heading.....	77
22. Foto Bersama Pelatih dan Tim Sepakbola River Natar	78