

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Lapangan Sepakbola	9
2. Kaki Bagian Kiri	11
3. Tahapan-tahapan Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Kanan	13
4. Bagian Kaki Yang Digunakan Untuk Menendang	14
5. Tendangan Bola Jarak Jauh	15
6. Latihan <i>Double Leg Speed Hop</i>	21
7. Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	22
8. Desain Penelitian.....	32
9. Pengaruh sudut elevasi pada jarak horizontal dan vertikal.....	37
10. Diagram Lapangan Tes Tendangan Jauh (long pass).....	44
11. Hasil Tes Awal dan Akhir Latihan <i>Double Leg Speed Hop</i>	52
12. Hasil Tes Awal dan Akhir Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	53
13. Hasil Tes Awal dan Akhir Kelompok Kontrol	54
14. Perbandingan Hasil Rata-rata Beda Kelompok	55
15. Peneliti dan pelatih memberikan pengarahan sebelum tes.....	114
16. Para siswa SSB BUP melakukan pemanasan sebelum tes.....	114
17. Pengambilan tes awal tendangan lambung jauh.....	115
18. Peneliti mengukur jarak tes awal tendangan lambung jauh.....	115
19. Pemberian <i>treatment</i> latihan <i>knee tuck jump</i>	116
20. Pemberian <i>treatment</i> latihan <i>double leg speed hop</i>	116
21. Tes akhir tendangan jarak jauh kelompok <i>knee tuck jump</i>	117
22. Tes akhir tendangan jarak jauh kelompok <i>double leg speed hop</i>	117
23. Tes akhir tendangan jarak jauh kelompok kontrol.....	118
23. Peralatan tes penelitian (bola sepak, meteran, <i>cones</i>).....	118

