

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Peregangan Statis	19
2. Peregangan Dinamis	23
3. Cara Ordinal Pairing	36
4. Alat Ukur Fleksibilitas	38
5. Grafik Perbandingan Peningkatan Hasil Fleksibilitas	43
6. Grafik Perbedaan hasil Tes Kelompok Peregangan Statis	44
7. Grafik Perbedaan Hasil Tes kelompok Peregangan Dinamis	45
8. Grafik Perbedaan hasil Tes kelompok Kontrol	46
9. Grafik Perbedaan hasil Tes Antara Kelompok Kontrol	46
10. Grafik Uji Pengaruh Pada Kelompok Peregangan Statis	49
11. Grafik Uji Pengaruh Pada Kelompok Peregangan Dinamis	50
12. Grafik Uji Perbedaan Antara Peregangan Statis dan Peregangan Dinamis	51

