

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Mekanisme Kontraksi Otot .....	16
Gambar 2.2: <i>Lay-Out</i> Lapangan Basket .....	25
Gambar 2.3: <i>Passing</i> .....	26
Gambar 2.4: <i>Dribling</i> .....	27
Gambar 2.5: <i>Shooting</i> .....	28
Gambar 2.6: <i>Rebounding</i> .....	29
Gambar 2.7: Ligamen di Lutut .....	32
Gambar 2.8: Struktur Otot Tungkai .....	33
Gambar 2.9: Anatomi pada Fase <i>Box Jump</i> .....	37
Gambar 2.10: Latihan <i>Box Jump</i> .....	37
Gambar 2.11: Anatomi pada Fase <i>Wall Squat</i> .....	40
Gambar 2.12: Teknik <i>Wall Squat</i> .....	41
Gambar 2.13: Pelaksanaan <i>40 Meter Sprint Test</i> .....	45