

**LAMPIRAN
DOKUMENTASI PENELITIAN**



Gambar 1 Izin Penelitian



Gambar 2 Pengarahan



Gambar 3 Penjelasan Sebelum Penelitian



Gambar 4 Pemanasan



Gambar 5 Pemanasan



Gambar 6 Tes *Bleep*



Gambar 7 Tes *Bleep*



Gambar 8 Tes *Bleep*



Gambar 9 Wawancara



Gambar 10 Wawancara



Gambar 11 Pengarahan



Gambar 12 Wawancara



Gambar 13 Wawancara



Gambar 14 Wawancara



Gambar 15 Pengukuran



Gambar 16 Pengukuran



Gambar 17 Pengukuran



Gambar 18 Pengukuran



Gambar 19 Pengukuran



Gambar 20 Pengukuran



Gambar 21 Cek Hb



Gambar 22 Peregangan



Gambar 23 Seluruh Responden



Gambar 24 Seluruh Responden