

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Latihan <i>strengthening</i> untuk penguatan tungkai bawah.....	23
Gambar 2.2 Latihan <i>strengthening</i> dengan menggunakan <i>resistance band</i> pada satu tungkai.....	23
Gambar 2.3 Latihan <i>strengthening</i> dengan menggunakan <i>resistance band</i> pada kedua tungkai.....	24
Gambar 2.4 Latihan <i>strengthening</i> pada semua ekstremitas	25
Gambar 2.5 Latihan <i>strengthening</i> pada ekstremitas bawah.....	25