

## GRAFIK

Grafik 4.1	Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin	78
Grafik 4.2	Distribusi Sampel Menurut Usia	79
Grafik 4.3	Nilai Pengukuran Daya Tahan Otot Quadriceps Pada Kelompok Perlakuan I	81
Grafik 4.4	Nilai Pengukuran Daya Tahan Otot Quadriceps Pada Kelompok Perlakuan II	83
Grafik 4.5	Nilai Perbandingan Selisih Nilai Daya Tahan Otot Quadriceps Sebelum dan Sesudah Latihan Pada Kelompok Perlakuan I dan Kelompok Perlakuan II	88