

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 : Anatomi Otot-otot Hip.....	33
Gambar 2.2 : Meniscus.....	42
Gambar 2.3 : Otot Quadriceps.....	45
Gambar 2.4 : Anatomi Otot-otot Intrinsik Kaki.....	59
Gambar 2.5 : Struktur Aktin dan Myosin.....	62
Gambar 2.6 : Garis Didalam Jaringan Kontraktil Otot Rangka.....	63
Gambar 2.7 : Gerak Vertical Jump.....	67
Gambar 2.8 : Latihan Skipping.....	79
Gambar 2.9 : Latihan Knee Tuck Jump.....	87
Gambar 3.1 : Prosedur Pengukuran <i>Vertical Jump</i>	107