

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Latihan <i>Squat Depth Jump</i>	30
Gambar 2.2 Otot –Otot yang Bekerja pada Fase Beban	35
Gambar 2.3 Otot –Otot yang Bekerja pada Fase Melayang	35
Gambar 2.4 Otot –Otot yang Bekerja pada Fase Mendarat	35
Gambar 2.5 Skema Kerangka Berpikir	43
Gambar 2.6 Skema Rancangan Penelitian	44
Gambar 2.7 Kerangka Konsep Kelompok Kontrol	46
Gambar 2.8 Kerangka Konsep Kelompok Perlakuan	47