

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1.4	Distribusi berdasarkan usia.....	76
Grafik 2.4	Distribusi berdasarkan IMT	77
Grafik 3.4	Distribusi sampel berdasarkan hobi	79
Grafik 4.4	Nilai peningkatan otot volume otot lengan atas kanan pada kelompok perlakuan 1	82
Grafik 5.4	Nilai peningkatan otot lengan atas kanan pada kelompok perlakuan 2	84
Grafik 7.4	Nilai mean tingkat volume otot lengan atas kanan perlakuan 1 dan perlakuan 2	85