

## DAFTAR GAMBAR

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Lintasan Bleep Test..... | 13 |
| Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....      | 24 |
| Gambar 3. 1 Kerangka Konsep .....    | 25 |