

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Tes Lari Cepat ( <i>Sprint</i> ).....	24
Gambar 3.2 Gantung Sikut Angkat Tubuh / Gantung Sikut Tekuk .....	26
Gambar 3.3 Tes <i>Sit up</i> .....	28
Gambar 3.4 Tes Loncat Tegak ( <i>Vertical Jump</i> ).....	30
Gambar 3.5 Lari Jarak Menengah.....	32
Gambar 4. 1 Diagram Persentase Kebugaran Jasmani.....	41