

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penambahan Beban Latihan Bertahap.....	11
Gambar 2. 2 Teknik dasar Tendangan T.....	18
Gambar 2. 3 <i>Pacing Pad</i>	20
Gambar 2. 4 Samsak	21
Gambar 2. 5 Palang Tendang.....	22
Gambar 3. 1 Desain Penelitian Eksperimen, Maharani Putri. (2019:29).....	26