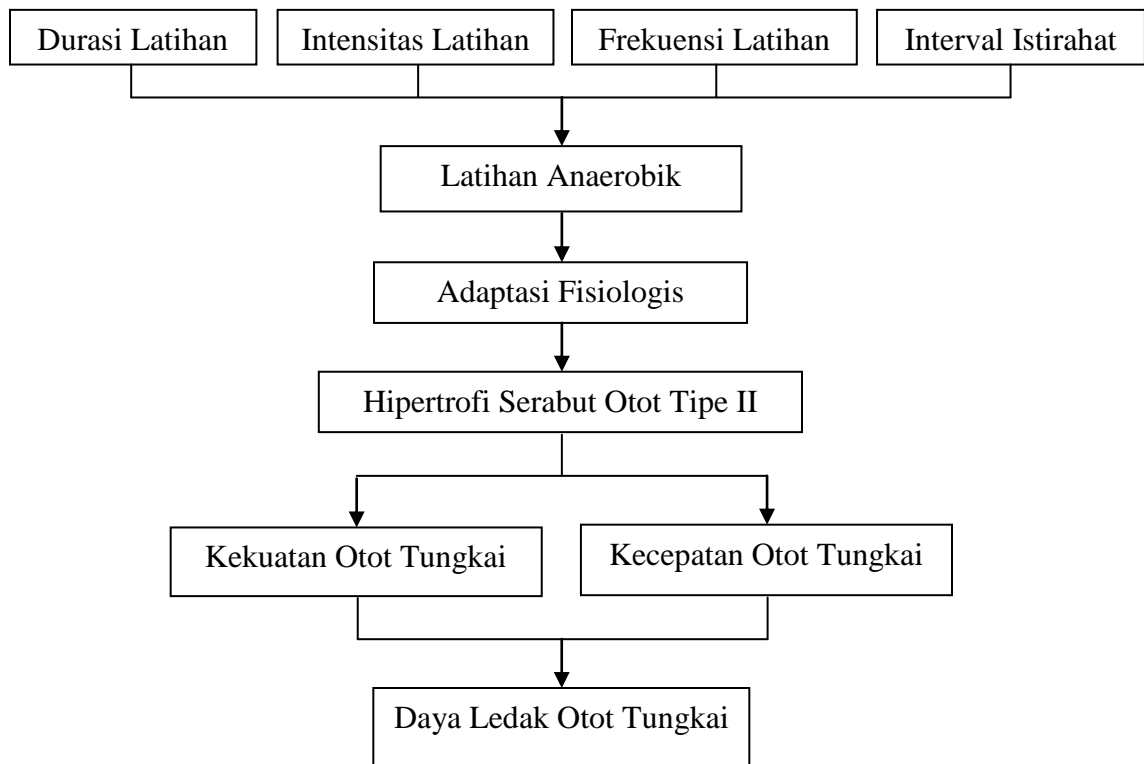


## BAB III

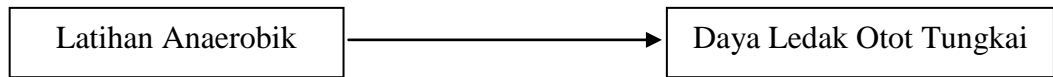
### KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Teori



**Gambar 4.** Kerangka Teori

### 3.2 Kerangka Konsep



**Gambar 5.** Kerangka Konsep

### 3.3 Hipotesis

Berdasarkan latar belakang dan tinjauan pustaka yang telah dikemukakan, maka hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Latihan anaerobik selama 12 minggu dapat meningkatkan daya ledak otot tungkai pada anak usia 10-14 tahun
- 2) Terdapat perbedaan daya ledak otot tungkai setelah latihan anaerobik selama 6 minggu dan 12 minggu pada kelompok perlakuan
- 3) Terdapat perbedaan daya ledak otot tungkai antara kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol