

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Ukuran Lapangan Tenis	9
Gambar 2.2	Bola Tennis	10
Gambar 2.3	Ukuran Dan Jenis-Jenis Raket	10
Gambar 2.4	<i>Tennis Grip</i>	11
Gambar 2.5	Bentuk Pegangan <i>Grip Forehand Eastern</i>	12
Gambar 2.6	Bentuk Pegangan <i>Grip Backhand Eastern</i>	12
Gambar 2.7	Bentuk Pegangan <i>Grip Western</i>	13
Gambar 2.8	Bentuk Pegangan <i>Grip Continental</i>	13
Gambar 2.9	Bentuk Pegangan <i>Grip Ekstrem Backhand</i>	14
Gambar 2.10	Bentuk Pegangan <i>Grip Semi Western</i>	14
Gambar 2.11	Gerakan <i>Slice</i> Servis	20
Gambar 2.12	Sikap dalam melakukan Servis <i>Slice</i>	22
Gambar 2.13	<i>Foot-up serve (a) loading; (b) acceleration; (c) follow-through</i>	23
Gambar 2.14	<i>Two-Arm Lateral Raise</i>	35
gambar 2.15	<i>Bicep Curls</i>	36
gambar 2.16	<i>Arm Triceps Extensions</i>	36
gambar 2.17	Dumbbell	38
gambar 2.18	Latihan <i>Backup</i>	39
gambar 2.19	Bentuk Rancangan Desain Penelitian	45