

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. <i>Smash</i>	14
Gambar2.2. Penambahan Beban Latihan Secara Bertahap	19
Gambar 2.3. Latihan <i>smash</i> dengan 2 sasaran tetap	21
Gambar 2.4. Latihan <i>smash</i> dengan 4 sasaran tetap	21
Gambar 2.5. Latihan <i>smash</i> dengan sasaran berubah	23
Gambar 3.1. <i>Smash Forehand Clear Test</i>	33
Gambar 4.1. Distribusi Data Pre Tes dan Post Tes kemampuan <i>Smash</i> Kelompok Latihan Sasaran Tetap	37
Gambar 4.2. Distribusi Data Pre Tes dan Post Tes kemampuan <i>Smash</i> Kelompok Latihan Sasaran Berubah.....	39

