

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tes Hasil <i>Vertical Jump</i> Atlet Karateka Putra Sabuk biru Khushinryu M karate Do Indonesia (KKI) <i>Dojo</i> YAPIM Medan (24 Februari 2015).....	4
2. Tes Hasil Kecepatan tendangan <i>Mawashi Chudan</i> Atlet Karateka Putra Sabuk biru Khushinryu M Karate Do Indonesia (KKI) <i>Dojo</i> YAPIM Medan (03 Maret 2015).....	5
3. Tes Hasil <i>Vertical Jump</i> Atlet Nasional Karateka Putra (07 Maret 2015)	5
4. Tes Hasil <i>Mawashi Chudan</i> Atlet Nasional Karateka Putra (07 Maret 2015).....	6
5. Populasi Penelitian.....	29
6. Sampel Penelitian.....	31
7. Bentuk Rancangan Desain Penelitian	32
8. Hasil <i>Pre Test</i> Dan <i>Post Test</i> Kelompok Latihan <i>Stride jump cross over</i> Dan <i>Drill side jump/sprint</i> Terhadap <i>Power</i> Otot Tungkai	40
9. Hasil <i>Pre Test</i> Dan <i>Post Test</i> Kelompok Latihan <i>Stride jump cross over</i> Dan <i>Drill side jump/sprint</i> Terhadap Kecepatan Tendangan <i>Mawashi Chudan</i>	41