

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1.1 Nomor Atletik Yang Sering Diperlombakan	13
Tabel 2.3 Program <i>Recovery</i>	28
Tabel 2.4 Aturan (<i>protocol recovery</i>)	28
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrument Penelitian	43
Tabel 3.2 Hasil uji coba angket yang tidak valid	45
Tabel 3.2 Kategori Penilaian Pengetahuan <i>Recovery</i>	47
Tabel 3.3 Kategori Penilaian Tindakan <i>Recovery</i>	47
Tabel 4.1. Hasil Analisis Deskriptif Data Penelitian	52
Tabel 4.2. Kategori Tingkat Pengetahuan <i>Recovery</i> Pada Atlet Atletik Sumatera Utara Pelatda Pon XX/Papua	53
Tabel 4.4 Pengetahuan dan Tindakan <i>Recovery</i> Pada Atlet Atletik Sumatera Utara Pelatda Pon XX	55

