

DAFTAR TABLE

Tabel 1. 1 Data Prestasi Mekro Taekwondo Club	3
Tabel 2. 1 Data Prestasi Atlet Club Mekro Taekwondo.....	35
Tabel 3. 1 Desain Penelitian.....	42
Tabel 3. 2 Kaedah Penyusunan Program Latihan	45
Tabel 3. 3 Parameter Power Tendangan	49
Tabel 3. 4 Norma Tes Power Tendangan Dollyo-Chagi Putra	49
Tabel 3. 5 Klasifikasi Skor Power Tendangan.....	51
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Perbandingan Hasil Penelitian.....	54
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol.....	55
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol	55
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen	56
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Pretest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen.....	57
Tabel 4. 6 Deskripsi Data Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol	58
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol	58
Tabel 4. 8 Deskripsi Data Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen	59
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Posttest Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen.....	60
Tabel 4. 10 Deskripsi Peningkatan Hasil Power Tentangan Dolly chagi Kelas Kontrol	60
Tabel 4. 11 Peningkatan Power Tendangan Dolly chagi Kelas Kontrol.....	61
Tabel 4. 12 Deskripsi Peningkatan Hasil Power Tentangan Dolly chagi Kelas Eksperimen.....	62
Tabel 4. 13 Peningkatan Power Tendangan Dolly chagi Kelas Eksperimen	62
Tabel 4. 14 Perbandingan Rata-rata Power Tendangan Dolly chagi	64