

DAFTAR GAMBAR

1. Bentuk dan Sasaran pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	16
2. Teknik Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	17
3. Latihan Memukul Bola Kecil yang digantung.....	21
4. Penambahan beban Latihan.....	22
5. Alur Pelaksanaan Siklus I dan II.....	37
6. Grafik ketuntasan latihan pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	40
7. Grafik keberhasilan tes pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	44
8. Grafik Nilai rata – rata tes awal dan siklus I.....	46
9. Lokasi penelitian.....	80
10. Foto bersama saat peneliti mengadakan observasi.....	80
11. Foto peneliti saat mengabsen sampel.....	81
12. Sampel sedang melaksanakan pemanasan.....	81
13. Peneliti sedang memberikan contoh Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	82
14. Peneliti sedang memberikan contoh bentuk latihan Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	82
15. Peneliti sedang memperhatikan sampel melakukan Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	83
16. Sampel sedang melakukan bentuk latihan Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i>	83
17. Peneliti dan sampel sedang foto bersama saat istirahat.....	84