

## DAFTAR TABEL

1. Norma penilaian teknik pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	5
2. Rincian kegiatan waktu dan jenis kegiatan penelitian.....	27
3. Teknik dan alat pengumpulan data.....	30
4. Prosentase Target Pencapaian.....	34
5. Data Tes Awal Teknik Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	39
6. Deskripsi Hasil Tes Awal Teknik Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	40
7. Deskripsi Hasil Tes Siklus I Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	44
8. Nilai rata – rata tes awal dan siklus I.....	45
9. Daftar Nama sampel Atlet.....	54
10. Lembar Oservasi Atlet.....	56
11. Lembar Observasi peneliti.....	64
12. Data Tes Awal Teknik Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	65
13. Data Tes Siklus I Teknik Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	67
14. Data hasil <i>pre – test</i> Penilaian proses Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	69
15. Data hasil <i>post – test</i> Penilaian proses Pukulan <i>Gyaku Tsuki</i> .....	71