DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Hal

1. Rencana program pelatihan 57
2. Rencana program latihan siklus I 59
3. Pelaksanaan program latihan *circuit training* 60
4. Data Atlet 63
5. Lembar observasi pelatih 64
6. Lembar hasil observasi pelatih 65
7. Lembar observasi atlet 66
8. Lembar hasil observasi atlet 67
9. Lembar penilaian teknik *dollyo chagi* 69
10. Lembar hasil penilaian teknik *dollyo chagi* 71
11. Lembar wawancara atlet 74
12. Lembar hasil wawancara atlet 75
13. Nilai proses hasil tendangan *dollyo chagi* sebelum siklus 76
14. Paparan data hasil tes atlet sebelum siklus setelah dipersentasekan 77
15. Paparan ketuntasan hasil latihan sebelum siklus 79
16. Nilai proses hasil tendangan *dollyo chagi* sesudah siklus 80
17. Paparan data hasil tes atlet sesudah siklus setelah dipersentasekan 81
18. Paparan ketuntasan hasil latihan sesudah siklus 82
19. Perkembangan hasil latihan sebelum siklus dan sesudah siklus 83
20. Daftar kehadiran atlet 84
21. Rangkaian gerak teknik tendangan *dollyo chagi* 85
22. Perbandingan gerak teknik tendangan *dollyo chagi* antara yang salah dan benar 86
23. Dokumentasi .....
24. Surat – surat keterangan .....