

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Tes Pendahuluan <i>Power</i> otot Lengan .....	4
Tabel 2 Norma Penilaian <i>Power</i> Lengan.....	4
Tabel 3 Test Koordinasi Mata-Tangan ( <i>Alternate Hand Wall Toss Test</i> )....	5
Tabel 4 Norma Kemampuan Koordinasi Mata Tangan.....	5
Tabel 5 Tes Pendahuluan <i>Backhand Drive</i> .....	6
Tabel 6 Norma Kemampuan <i>Backhand Drive</i> .....	6
Tabel 7 Intensitas Latihan Yang Didasarkan Pada Reaksi DN .....	26
Tabel 8 Daftar Nama SiswaTennis Progress Unimed dan sampel .....	36
Tabel 9 DesainPenelitian .....	38
Tabel 10 Data <i>Pre-Test Power</i> otot lengan, koordinasi mata tangan dan <i>Backhand Drive</i> .....	44
Tabel 11 Data <i>Pre-Test Power</i> otot lengan, koordinasi mata tangan dan <i>Backhand Drive</i> .....	45
Tabel 12 Uji Normalitas Data Penelitian.....	46
Tabel 13 Program Latihan .....	55
Tabel 14 Data <i>Pre-Test Power</i> OtotLengan ( <i>Test Medicine Chest Ball Throw</i> ).....	58
Tabel 15 Data <i>Pre-Test</i> Koordinasi mata-tangan ( <i>Alternate Hand Wall Toss Test</i> ) .....	58
Tabel 16 Hasil <i>Pre-Test Backhand Drive</i> .....	58
Tabel 17 Data <i>Post-Test Power</i> OtotLengan ( <i>Test Medicine Chest Ball Throw</i> ).....	59
Tabel 18 Data <i>Post Tes</i> Koordinasi mata-tangan ( <i>Alternate Hand Wall Toss Test</i> ) .....	59
Tabel 19 Hasil <i>Post Test Backhand Drive</i> .....	59
Tabel 20 Kemampuan Maksimal Atlet.....	60
Tabel 21 Data <i>Z- Score Pre-Test Power</i> Otot Lengan, Koordinasi Mata – Tangan Dan <i>Backhand Drive</i> .....	64
Tabel 22 Data <i>Z- Score Post-Test Power</i> Otot Lengan, Koordinasi Mata – Tangan Dan <i>Backhand Drive</i> .....	65

Tabel 23 Uji Normalitas Data <i>pre-test power</i> otot lengan.....	66
Tabel 24 Uji Normalitas Data <i>pre-test</i> koodinasi mata-tangan .....	66
Tabel 25 Uji Normalitas Data <i>pre-test</i> kemampuan <i>backhand drive</i> .....	66
Tabel 26 Uji Normalitas Data <i>post-test power</i> otot lengan .....	67
Tabel 27 Uji Normalitas Data <i>post-test</i> koodinasi mata-tangan.....	67
Tabel 28 Uji Normalitas Data <i>post-test</i> kemampuan <i>backhand drive</i> .....	67
Tabel 29 Kontribusi Antara Latihan <i>Horizontal Swing</i> ( $X_1$ ) dengan Hasil <i>Backhand Drive</i> (Y).....	69
Tabel 30 Kontribusi Antara Latihan Koordinasi Mata-Tangan ( $X_2$ ) dengan Hasil <i>Backhand Drive</i> (Y).....	70
Tabel 31 Kontribusi Antara Latihan <i>Horizontal Swing</i> ( $X_1$ ) dan Koordinasi Mata-Tangan ( $X_2$ ) dengan Hasil <i>Backhand Drive</i> (Y) .	72

