

DAFTAR TABEL

Tabel:	Halaman
1. Rangkuman Data Hasil Penelitian	32
2. Rangkuman Hasil Pengujian Normalitas	33
3. Data <i>Pre Test Vertical Jump</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	53
4. Data <i>Pre Test Medicine Ball</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	53
5. Data <i>Pre Test Kemampuan Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	54
6. Data <i>Post Test Vertical Jump</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	55
7. Data <i>Post Test Medicine Ball</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli i SMK Pencawan Medan Tahun 2016	56
8. Data <i>Post Test Kemampuan Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	57
9. Uji Normalitas Data <i>Post Test Power</i> Otot Tungkai	59
10. Uji Normalitas Data <i>Post Test Power</i> Lengan	60
11. Uji Normalitas Data <i>Post Test Kecepatan Smash</i>	61
12. Uji Homogenitas dengan Uji <i>Bartlett</i>	62
13. Kontribusi Latihan <i>Jump Box</i> Terhadap Hasil <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	64
14. Perhitungan JK (G)	67
15. Kontribusi Latihan <i>Decline Push-Up</i> Terhadap Hasil <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	69
16. Perhitungan JK (G)	72
17. Kontribusi Bersama Latihan <i>Rubber Resistance</i> dan Latihan <i>Front Cone Hops</i> Terhadap Hasil <i>Smash</i> Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SMK Pencawan Medan Tahun 2016	74