

DAFTAR TABEL

Tabel		Hal
Table 1	: Contoh Menu Latihan <i>Power</i>	26
Tabel 2	: Desain Penelitian	33
Tabel 3	: Data <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Smash</i> Bola Voli	38
Tabel 4	: T-Score Data <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Smash</i> Bola Voli	40
Tabel 5	: Data <i>Pre Test</i> Kemampuan <i>Smash</i> Bola Voli	42
Tabel 6	: T-Score Data <i>Post Test</i> Kemampuan <i>Smash</i> Bola Voli	44
Tabel 7	: Deskripsi Data T-Score <i>Pre-test</i> dan <i>Post –test</i> Hasil <i>Smash</i> Bola Voli	46
Tabel 8	: Uji Normalitas	46

