

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Data Awal Hasil Tes <i>Vertical Jump</i>	4
Tabel 1.2 Norma Tes <i>Vertical Jump</i>	4
Tabel 1.3 Data Awal Hasil Kemampuan <i>Shooting</i>	5
Tabel 3.1 Bentuk Desain Penelitian <i>Randomized</i>	36
Tabel 3.2 Pembagian Kelompok Menggunakan Teknik <i>Matching Pairing</i>	37
Tabel 4.1 Data Hasil <i>Post Test Power</i> Otot Tungkai.....	43
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data <i>Pre Test Power</i> Otot Tungkai Pada <i>Knee Tuck Jump</i>	45
Tabel 4.3 Uji Normalitas Data <i>Pre Test Power</i> Otot Tungksi Pada <i>Box Jump</i>	46
Tabel 4.4 Uji Normalitas Data <i>Pre Test</i> Hasil <i>Shooting</i> Pada Kelompok Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	47
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data <i>Pre Test Shooting</i> Pada Kelompok Latihan <i>Box Jump</i>	48
Tabel 4.6 Uji Normalitas Data <i>Post Test Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	49
Tabel 4.7 Uji Normalitas Data <i>Post Test Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok Latihan <i>Box Jump</i>	50
Tabel 4.8 Uji Normalitas Data <i>Post Test</i> Hasil <i>Shooting</i> Pada Kelompok Latihan <i>Knee Tuck Jump</i>	51
Tabel 4.9 Uji Normalitas Data <i>Post Test Shooting</i> Pada Kelompok Latihan <i>Box Jump</i>	52