

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Teori dan Metodologi latihan.....	20
Tabel 3.1 Desain Penelitian (<i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test One Grup Design</i>).....	39
Tabel 3.2 Norma Tes <i>Two-Hand Medicine Ball Putt</i>	41
Tabel 4.1 Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Post Test</i>	44
Tabel 4.2 Norma <i>Medicine Ball</i>	44
Tabel 4.3 Hasil Deskriptif data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	45
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas Data	47
Tabel 4.6 Hasil Uji Hipotesis	48

