Daftar Tabel

Tabel **Halaman**

1. Desain Penelitian..... 25
2. Data *Pre-test Power* Otot Lengan, *Power* Otot Tungkai dan Hasil *Smash* Bola Voli..... 32
3. Data *Post-test Power* Otot Lengan, *Power* Otot Tungkai dan Hasil *Smash* Bola Voli..... 33
4. Gambaran Data Variabel *Rubber Resistance* (X_1), Variabel *Front Cone Hops* (X_2) dan Hasil *Smash* (Y)..... 34
5. Uji Normalitas..... 34
6. *Homogenitas Varians*..... 35
7. Profil Atlet Putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Beranda..... 49
8. Data *Pre Test Medicine Ball* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 50
9. Data *Pre Test Vertical Jump* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 51
10. Data *Pre Test* Kemampuan *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 52
11. Data *Post Test Medicine Ball* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 53
12. Data *Post Test Vertical Jump* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 54
13. Data *Post Test* Kemampuan *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan..... 55
14. Uji Normalitas Data *Post Test Power* Otot Lengan..... 57
15. Uji Normalitas Data *Post Test Power* Tungkai..... 58
16. Uji Normalitas Data *Post Test* Kecepatan *Smash*..... 59
17. Uji Homogenitas dengan Uji *Bartlett*..... 60
18. *Homogenitas Varians*..... 61

19. Kontribusi Latihan *Rubber Resistance* Terhadap Hasil Smash Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Darma Patra Pangkalan Berandan Tahun 2016..... 62
20. Perhitungan JK (G)..... 65
21. Kontribusi Latihan *Front Cone Hops* Terhadap Hasil Smash Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Darma Patra Pangkalan Berandan Tahun 2016..... 68
22. Perhitungan JK (G)..... 71
23. Kontribusi Bersama Latihan *Rubber Resistance* dan Latihan *Front Cone Hops* Terhadap Hasil *Smash* Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Swasta Darma Patra Pangkalan Berandan Tahun 2016..... 74