

DAFTAR TABEL

TABEL	Hal
1. Daftar Prestasi Atlet	4
2. Pre test dan Post test <i>two Group Design</i>	29
3. Hasil Pre test dan Post test Latihan <i>Double Leg Bound</i> dan <i>Single Leg Bound</i> Terhadap <i>Power</i> Otot Tungkai	33
4. Hasil Pre test dan Post test Latihan <i>Double Leg Bound</i> dan <i>Single Leg Bound</i> Terhadap Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i>	34
5. Daftar Nama Sampel Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai	45
6. Hasil Test Pendahuluan <i>Vertikal Jump</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017	46
7. Hasil Test Pendahuluan Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017	47
8. Hasil Test Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Atlet Pra-PON	47
9. Data Pre Test <i>Vertikal Jump</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017	56
10. Data Pre Test Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017	57
11. Hasil Z Skor Data Pre Test	58
12. Data Rangking Dan <i>Macthing Pairing</i>	60
13. Data Post Test <i>Vertikal Jump</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017.....	61
14. Data Post Test Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Atlet Putra Taekwondo <i>Tiger Club</i> Binjai Tahun 2017	62
15. Rata-rata Simpangan Baku Data Pre-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Kelompok <i>Double Leg Bound</i>	63
16. Rata-rata Simpangan Baku Data Post Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok Latihan <i>Double Leg Bound</i>	64

	Hal
17. Rata-rata Simpangan Baku Data Pre-Test <i>Power</i> otot Tungkai Pada Kelompok Latihan <i>Single Leg Boun</i>	65
18. Rata-rata Simpangan Baku Data Pos-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok Latihan <i>Single Leg Bound</i>	66
19. Rata-rata Simpangan Baku Data Pre-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok Latihan <i>Double Leg Bound</i>	67
20. Rata-rata Simpangan Baku Data Pos-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok Latihan <i>Double Leg Bound</i>	68
21. Rata-rata Simpangan Baku Data Pre-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok Latihan <i>Single Leg Bound</i>	69
22. Rata-rata Simpangan Baku Data Pos-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok Latihan <i>Single Leg Bound</i>	70
23. Uji Normalitas Data Pre-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok <i>Double Leg Bound</i>	71
24. Uji Normalitas Data Pos-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok <i>Double Leg Bound</i>	71
25. Uji Normalitas Data Pre-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok <i>Single Leg Bound</i>	72
26. Uji Normalitas Data Pos-Test <i>Power</i> Otot Tungkai Pada Kelompok <i>Single Leg Bound</i>	72
27. Uji Normalitas Data Pre-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok <i>Double Leg Bound</i>	73
28. Uji Normalitas Data Pos-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok <i>Double Leg Bound</i>	73
29. Uji Normalitas Data Pre-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok <i>Single Leg Bound</i>	73
30. Uji Normalitas Data Pos-Test Hasil Kecepatan Tendangan <i>Deol O Chagi</i> Pada Kelompok <i>Single Leg Bound</i>	74
31. Data Pengujian Hipotesis Pertama	77
32. Data Pengujian Hipotesis Kedua	78

	Hal
33. Data Pengujian Hipotesis Ketiga	79
34. Data Pengujian Hipotesis Keempat.....	81
35. Data Pengujian Hipotesis Kelima	82
36. Data Pengujian Hipotesis Keenam.....	84



THE
Character Building
UNIVERSITY