

DAFTAR TABEL

| | Hal |
|---|-----|
| Tabel 1 Desain Penelitian | 25 |
| Tabel 2 Hasil data <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> latihan <i>ladder drill</i> | 28 |
| Tabel 3 Hasil data <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> latihan rutin | 29 |
| Tabel 4 Uji Normalitas | 30 |
| Tabel 5 Uji Homogenitas | 31 |

