

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Hasil Tes Pendahuluan SAQ	5
Tabel 3.1 Waktu Pelaksanaan Penelitian	36
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen SAQ Pada Atlet U-16	44
Tabel 3.3 Norma Kecepatan Lari 30 Meter	47
Tabel 3.4 Norma Kelincahan (<i>Shuttle Run</i>)	48
Tabel 3.5 Penilaian <i>Ruler Drop Test (The Nelson Foot Reaction Test)</i>	50
Tabel 4.1 Deskripsi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen	62
Tabel 4.2 Deskripsi Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol	63
Tabel 4.3 Uji Normalitas <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen	65
Tabel 4.4 Uji Normalitas <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol	65
Tabel 4.5 Uji Homogenitas <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen	66
Tabel 4.6 Uji Homogenitas <i>Pree-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol ..	66
Tabel 4.7 Uji Hipotesis (Uji t) Kelompok Eksperimen	67
Tabel 4.8 Uji Hipotesis (Uji t) Kelompok Kontrol	68