

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Jadwal dan Program Latihan Ekstrakurikuler Bola Basket Putri SMA Negeri 7 Medan .....	5
Tabel 2. Usia mulai, spesialisasi dan pencapain prestasi puncak Dalam olahraga yang berbeda.....	28
Tabel 3. Jadwal Latihan Team Bola Basket SMA Negeri 7 Medan .....	45
Tabel 4. Penilaian shooting Free throw .....	57
Tabel 5. Deskripsi Statistik Data Pretest dan Posttest Kelompok Wall shooting .....	62
Tabel 6. Distribusi frekuensi data pretest dan posttest kelompok latihan Wall shooting .....	63
Tabel 7. Deskripsi Statistik Data Pretest dan Posttest Kelompok Chair shooting .....	64
Tabel 6. Distribusi frekuensi data pretest dan posttest kelompok latihan chair shooting.....	65
Tabel 9. Uji Normalitas.....	66
Tabel 10. Uji homogenitas.....	66
Tabel 11. Uji T hasil Pretest dan Posttest kelompok	

latihan wall shooting.....	67
Tabel 12. Uji t hasil prettest dan Posttest kelompok	
Latihan Chair Shooting.....	68
Tabel 13. Uji t perbandingan hasil posttest kelompok latihan	
Wall shooting dan Chair shooting.....	69

