

## DAFTAR TABEL

|            |                                                                                                               |    |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1  | Pembagian Sampel dengan Ordinal pairing.....                                                                  | 29 |
| Tabel 3. 2 | Norma Tes Medicine Chest Ball Test.....                                                                       | 31 |
| Tabel 4. 1 | Hasil <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test Power</i> Otot Lengan Kelompok<br>Latihan <i>Resistance band</i> ..... | 33 |
| Tabel 4. 2 | Hasil <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test Power</i> Otot Lengan Kelompok<br>Latihan <i>Dumbbell</i> .....        | 33 |
| Tabel 4. 3 | Hasil Uji Normalitas Data Penelitian.....                                                                     | 34 |
| Tabel 4. 4 | Hasil Uji Homogenitas.....                                                                                    | 35 |
| Tabel 4. 5 | Hasil Uji Hipotesis.....                                                                                      | 35 |

