

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Intensitas Latihan	26
Tabel 3.1 Pembagian Urutan Kelompok <i>Matching By Pairing</i>	48
Tabel 3.2 <i>Randomized Pre Test And Post Test Two Group Desain</i>	48
Tabel 3.3 Norma <i>Standing board jump</i> Untuk Putra.....	49
Tabel 3.4 Norma Tes Sepak Sasaran	52
Tabel 4.1 Gambaran Umum Data Penelitian.....	55
Tabel 4.2 Gambaran Umum Data Penelitian.....	56
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	57
Tabel 4.4 Hasil Uji Homogenitas	58
Tabel 4.5 Hipotesis I	59
Tabel 4.6 Hipotesis II	60
Tabel 4.7 Hipotesis III.....	61
Tabel 4.8 Hipotesis IV.....	62
Tabel 4. 9 Hipotesis V	63
Tabel 4.10 Hipotesis VI.....	63

