

## DAFTAR TABEL

Halaman

|                                                                                                                                                      |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3. 1 Defenisi Oprasional.....                                                                                                                  | 29 |
| Tabel 4. 1 Hasil jauhnya <i>long pass</i> sebelum <i>pre-test</i> menggunakan latihan<br><i>medicine ball</i> 2 kg dan <i>resistance band</i> .....  | 34 |
| Tabel 4. 2 Hasil jauhnya <i>long pass</i> sesudah <i>post-test</i> menggunakan latihan<br><i>medicine ball</i> 2 kg dan <i>resistance band</i> ..... | 35 |
| Tabel 4. 3 Hasil Uji Statistik Deskriptif.....                                                                                                       | 36 |
| Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas .....                                                                                                                | 37 |

