

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Program Latihan .....	49
2. Kelompok Latihan <i>Plyometric Push Up</i> .....	50
3. Kelompok Latihan <i>Medicine ball Forward Overhead Throw</i> .....	52
4. Data Tes Mentah <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> .....	54
5. Perhitungan <i>T-Score</i> , <i>Rangking</i> , Dan <i>Matching Pairing</i> .....	58
6. Rata-Rata Dan Simpangan Baku .....	64
7. Uji Normalitas .....	72
8. Uji Homogenitas.....	77
9. Pengujian Hipotesis .....	79
10. Personalia Penelitian.....	92
11. Daftar Statistik.....	93
12. Surat-Surat Administrasi.....	98