

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Program Latihan	46
2. Data mentah Pre-Test dan Post-test <i>Power</i> otot tungkai, Lengan, Dan <i>Smash</i>	48
3. Pengolahan data <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> dari <i>raw-score</i> menjadi <i>z-score</i>	53
4. Uji Normalitas	55
5. Uji Homogenitas	58
6. Pengujian Hipotesis	59
7. Dokumentasi Penelitian	66
8. Absensi Latihan	70
9. Tabel Statistik	71