

Nim: 071266210101

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Bentuk Disain Penelitian <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	25
2. Data <i>Pre- Test Power</i> Otot Tungkai, <i>Power</i> Otot Lengan, dan <i>Jump Shoot</i>	32
3. Data <i>Post- Test Power</i> Otot Tungkai, <i>Power</i> Otot Lengan, dan <i>Jump Shoot</i>	33
4. Uji Normalitas Data	34
5. Data Awal Pemain Basket Putri SMA Dr. Wahidin Sudirohusodo	46
6. Data Awal <i>Jump Shoot</i> Dari 3 SUDUT Selama 1 Menit	47
7. Tabel Nilai <i>Jump Shoot</i> . Tabel Nilai <i>Hot Spots</i> Untuk Putri	48
8. Daftar Nama Pemain Basket Putri SMA Dr. Wahidin Sudirohusodo	48
9. <i>Post Test</i> <i>Jump Shoot</i> Dari 3 Sudut Selama 1 Menit	49
10. Data <i>Pre-Test Power</i> Otot Tungkai	50
11. Data <i>Pre-Test Power</i> Otot Lengan	50
12. Data <i>Pre-Test Power Jump Shoot</i>	51
13. Uji Normalitas Data <i>Post - Test Power</i> Otot Tungkai	55
14. Uji Normalitas Data <i>Post - Test Power</i> Otot Lengan	56
15. Uji Normalitas Data <i>Post - Test Jump Shoot</i>	57
16. Kontribusi Latihan <i>Depth Jump</i> Terhadap <i>Jump Shoot</i>	59
17. Kontribusi Latihan Lecutan Pergelangan Tangan Terhadap <i>Jump Shoot</i> .	61

18. Kontribusi Bersama Latihan *Depth Jump* dan Latihan Lecutan

Pergelangan Tangan Terhadap *Jump Shoot* 63



THE
Character Building
UNIVERSITY