

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tes Bola <i>Medicine</i> Atlet Pencak Silat Pesantren Ta'dib As'syakirin Medan Johor 2012A. Latar Belakang Masalah .....	3
2. Norma Daya Ledak Otot Lengan.....	4
3. Data <i>Vertical Jump</i> Atlit Pencak Silat Tapak Suci Pesantren Ta'dib As'syakirin. Medan Johor .....	4
4. Norma Penilaian Hasil Jatuhan .....	5
5. <i>Test</i> Kemampuan Jatuhan Atlit Pencak Silat Pesantren Ta'dib As'sakirin Medan Johor.....	5
6. Otot Yang Digunakan Pada Saat Latihan.....	24
7. Norma <i>Vertical Jump Test</i> .....	32
8. Daftar Penilaian Wasit .....	33
9. ANOVA .....	36
10. Data <i>Pre-test Power</i> Otot Lengan, <i>Power</i> Otot Tungkai dan Hasil Jatuhan Atlet Pencak Silat Tapak Suci Santri Pondok Pesantren Modern TA'DIB AS'SYAKIRIN Medan Johor Tahun 2012 .....	38
11. Data <i>Post-test Power</i> Otot Lengan, <i>Power</i> Otot Tungkai dan Hasil Bantingan Atlet Pencak Silat Tapak Suci Santri Pondok Pesantren Modern TA'DIB AS'SYAKIRIN Medan Johor Tahun 2012 .....	39

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY