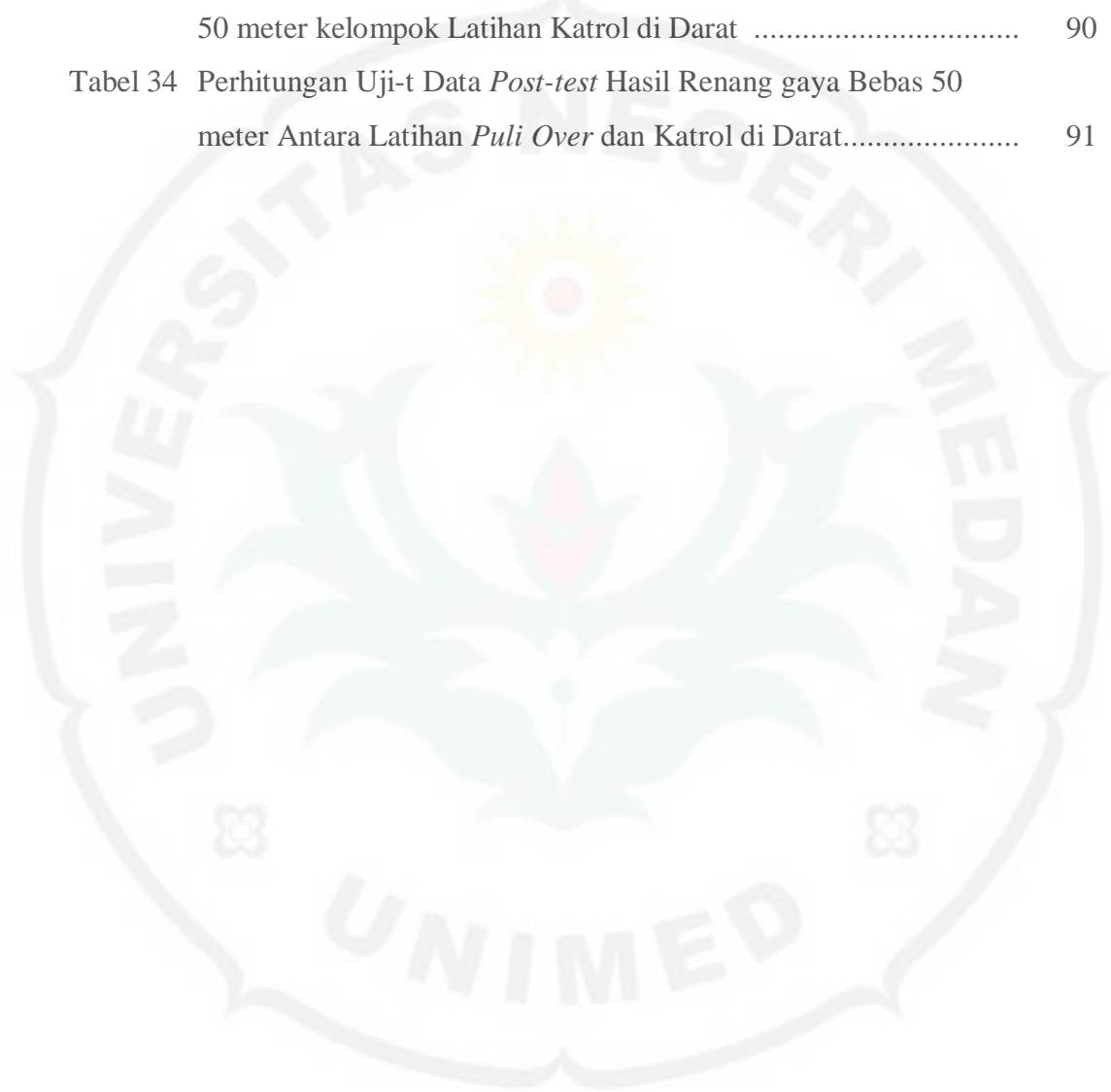


DAFTAR TABEL

Tabel 1	Hasil Kejuaraan yang Diperoleh <i>club</i> lumba-lumba binjai	2
Tabel 2	Rancangan Penelitian <i>Pre test</i> dan <i>Post Test Design</i>	41
Tabel 3	Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Latihan <i>Puli Over</i> dan Latihan Katrol di Darat Terhadap kekuatan Otot Lengan	49
Tabel 4	Hasil <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Latihan <i>Puli Over</i> dan Latihan Katrol di Darat Terhadap Hasil Renang Gaya Bebas 50 M	50
Tabel 5	Uji Normalitas Data	51
Tabel 6	Uji Homogenitas	53
Tabel 7	Data Mentah hasil <i>pre-test Power</i> otot lengan kelompok latihan <i>puli over</i> dan latihan katrol di darat	72
Tabel 8	Data Mentah hasil <i>post-test Power</i> otot lengan Kelompok latihan <i>puli over</i> dan latihan katrol di darat	72
Tabel 9	Data mentah hasil <i>pre-test</i> kecepatan renang Gaya bebas pada latihan <i>puli over</i> dan latihan katrol di darat.....	73
Tabel 10	Data mentah hasil <i>post-test</i> kecepatan renang Gaya bebas pada latihan <i>puli over</i> dan latihan katrol di darat.....	73
Tabel 11	Perhitungan <i>Z-score</i>	74
Tabel 12	Rangking Hasil Perhitungan <i>Z-Score</i> dan Pembagian Latihan <i>Puli Over</i> dan Latihan Katrol di Darat dengan <i>Matching Pairing</i>	75
Tabel 13	Rata-rata dan simpangan baku data <i>pre-test Power</i> otot lengan latihan <i>puli over</i>	76
Tabel 14	Rata-rata dan simpangan baku data <i>post-test Power</i> otot lengan latihan <i>puli over</i>	76
Tabel 15	Rata-rata dan simpangan baku data <i>pre-test Power</i> otot lengan latihan katrol di darat	77
Tabel 16	Rata-rata dan simpangan baku data <i>post-test Power</i> otot lengan latihan katrol di darat	77
Tabel 17	Rata-rata dan simpangan baku data <i>pre-test</i> Kecepatan Renang gaya bebas latihan <i>puli over</i>	78

Tabel 18	Rata-rata dan simpangan baku data <i>post-test</i> Kecepatan Renang gaya bebas latihan <i>puli over</i>	78
Tabel 19	Rata-rata dan simpangan baku data <i>pre-test</i> Kecepatan Renang gaya bebas Latihan Katrol di Darat	79
Tabel 20	Rata-rata dan simpangan baku data <i>pot-test</i> Kecepatan Renang gaya bebas Latihan Katrol di Darat	79
Tabel 21	Uji Normalitas <i>pre-test</i> Power otot lengan Latihan <i>Pull Over</i>	80
Tabel 22	Uji Normalitas <i>post-test</i> Power otot lenga Latihan <i>Pull Over</i>	80
Tabel 23	Uji Normalitas <i>pre-test</i> Power otot lengan Latihan Katrol di Darat.....	81
Tabel 24	Uji Normalitas <i>post-test</i> Power otot lengan Latihan Katrol di Darat	81
Tabel 25	Uji Normalitas <i>pre-test</i> Kecepatan Renang Gaya bebas Latihan <i>Puli Over</i>	82
Tabe 26	UjiNormalitas <i>post-test</i> Kecepatan Renang Gaya bebas Latihan <i>Puli Over</i>	82
Tabel 27	Uji Normalitas <i>pre-test</i> Kecepatan Renang Gaya bebas Latihan Katrol di Darat	83
Tabel 28	Uji Normalitas <i>post-test</i> Kecepatan Renang Gaya bebas Latihan Katrol di Darat	83
Tabel 29	Perhitungan Rata-rata beda,Simpangan baku dan t- hitung dari data Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> Power otot lengan Latihan <i>puli over</i> ...	86
Tabel 30	Perhitungan Rata-rata beda,Simpangan baku dan t- hitung dari data Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> Power otot lengan Latihan Katrol di darat	87
Tabel 31	Perhitungan Uji-t Data <i>Post-test</i> Power Otot Lengan Antara Latihan <i>Puli Over</i> dan Katrol di Darat.....	88
Tabel 32	Perhitungan Rata-Rata Beda, Simpangan Baku Beda dan t- hitung dari Data Hasil <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> hasil Kecepatan Renang Gaya Bebas 50 meter kelompokLatihan <i>Pull Over</i>	89

Tabel 33	Perhitungan Rata-Rata Beda, Simpangan Baku Beda dan t- hitung dari Data Hasil <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> hasil Renang Gaya Bebas 50 meter kelompok Latihan Katrol di Darat	90
Tabel 34	Perhitungan Uji-t Data <i>Post-test</i> Hasil Renang gaya Bebas 50 meter Antara Latihan <i>Puli Over</i> dan Katrol di Darat.....	91



THE
Character Building
UNIVERSITY