

## DAFTAR TABEL

	hlm
Tabel 2.1 Anggota Gerak Dominan pada Cabang-Cabang Olahraga.....	56
Tabel 2.2 Gerakan otot-otot selama persiapan menendang.....	63
Tabel 2.3 Gerakan otot-otot selama pendekatan dan menendang.....	64
Tabel 2.4 Gerakan otot-otot selama Follow-through.....	68
Tabel 2.5 Gerakan otot-otot selama persiapan dribble.....	69
Tabel 4.1 Distribusi Sample Berdasarkan Usia.....	119
Tabel 4.2 Distribusi Sample Berdasarkan IMT.....	120
Tabel 4.3 Distribusi Sample Berdasarkan Hobi.....	121
Tabel 4.4 Distribusi Sample Berdasarkan Frekuensi Latihan Futsal dalam 1 Minggu.....	122
Tabel 4.5 Nilai peningkatan kekuatan otot hamstring pada kelompok perlakuan 1 sebelum dan sesudah perlakuan dengan satuan kilogram.....	123
Tabel 4.6 Nilai peningkatan kekuatan otot hamstring pada kelompok perlakuan 2 sebelum dan sesudah perlakuan dengan satuan kilogram.....	124
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kelompok Perlakuan 1 dan Kelompok Perlakuan 2.....	126
Tabel 4.8 Hasil Uji Homogenitas <i>Levent Test</i> .....	127
Tabel 4.9 Uji Hipotesis I.....	128
Tabel 4.10 Uji Hipotesis II.....	128
Tabel 4.11 Uji Hipotesis III.....	129