

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Penilaian kemampuan vertical jump.....	109
Tabel 4.1 Distribusi sampel menurut jenis kelamin pada kelompok perlakuan I dan perlakuan II.....	115
Tabel 4.2 Distribusi sampel menurut hobi pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II.....	117
Tabel 4.3 Distribusi sampel menurut tinggi badan pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II.....	119
Tabel 4.4 Nilai peningkatan vertical jump pada kelompok perlakuan I dengan diberikan latihan skipping sebelum dan sesudah latihan (dalam satuan cm).....	122
Tabel 4.5 Nilai peningkatan vertical jump pada kelompok perlakuan II dengan diberikan latihan knee tuck jump sebelum dan sesudah latihan (dalam satuan cm).....	124
Tabel 4.6 Shapiro wilk test.....	126
Tabel 4.7 Beda selisih nilai gapaian vertical jump pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II.....	127
Tabel 4.9 Nilai perbandingan peningkatan vertical jump pada kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II.....	131