

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 4.1</b>	Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin ..... Pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan	77
<b>Tabel 4.2</b>	Distribusi Sampel Berdasarkan Usia ..... Pada Kelompok kontrol dan Perlakuan	78
<b>Tabel 4.3</b>	Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan ..... Pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan	79
<b>Tabel 4.4</b>	Distribusi Sampel Berdasarkan Hobi Kelompok Kontrol Dan Kelompok Perlakuan	80
<b>Tabel 4.5</b>	Distribusi Sample Berdasarkan Tinggi Badan .....	81
<b>Tabel 4.6</b>	Distribusi Sample Berdasarkan Berat Badan .....	82
<b>Tabel 4.7</b>	Nilai <i>single leg six meter hop test</i> pada kelompok kontrol	83
<b>Tabel 4.8</b>	Nilai <i>single leg six meter hop test</i> ..... pada kelompok Perlakuan	84
<b>Tabel 4.9</b>	Distribusi rata-rata nilai <i>single leg six meter hop test</i> kelompok kontrol dan kelompok perlakuan selama 4 minggu.	86
<b>Tabel 4.10</b>	Hasil Uji Normalitas ( <i>Saphiro Wilk Test</i> ) .....	87
<b>Tabel 4.11</b>	Hasil Uji Homogenitas ( <i>Lavene's Test</i> ).....	88
<b>Tabel 4.12</b>	Hasil <i>Paired Sample T-Test</i> Kelompok Kontrol .....	89
<b>Tabel 4.13</b>	Hasil <i>Paired Sample T-Test</i> Kelompok Perlakuan .....	89
<b>Tabel 4.14</b>	<i>T-Test Independent Sample</i> .....	90