

DAFTAR TABEL

TABEL 2.1	Penilaian Kemampuan Vertical Jump.....	108
TABEL 4.1	Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin	128
TABEL 4.2	Distribusi Sampel Menurut Usia.....	130
TABEL 4.3	Distribusi Sampel berdasarkan Hasil IMT	131
TABEL 4.4	Nilai Vertical Jump Pada Kelompok Perlakuan I	133
TABEL 4.5	Nilai Vertical Jump Pada Kelompok Perlakuan II.....	135
TABEL 4.6	Hasil Uji Normalitas (Saphiro Wilk Test)	137
TABEL 4.7	Nilai Kemampuan Awal Vertical Jump Sebelum Latihan Fungsional Lutut Pada Kelompok Perlakuan I dan Latihan Core Stability dan Fungsional Lutut Pada Kelompok Perlakuan II	138
TABEL 4.8	Nilai Vertical Jump Sebelum dan Sesudah Pemberian Latihan Fungsional Lutut pada Kelompok Perlakuan I.....	140
TABEL 4.9	Nilai Vertical Jump Sebelum dan Sesudah Pemberian Latihan Fungsional Lutut pada Kelompok Perlakuan II	141
TABEL 4.10	Nilai Perbandingan Peningkatan Vertical Jump Pada Kelompok Perlakuan I dan Kelompok Perlakuan II	142