

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kriteria Nilai Normal <i>vertical jump</i> .....	47
Tabel 4.1 Distribusi sampel kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berdasarkan umur.....	87
Tabel 4.2 Distribusi sampel kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berdasarkan berat badan .....	88
Tabel 4.3 Distribusi sampel kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berdasarkan tinggi badan .....	89
Tabel 4.4 Distribusi hubungan sampel kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berdasarkan umur, tinggi badan dan berat badan.....	89
Tabel 4.5 Hasil peningkatan tinggi lompatan dengan latihan leg press dalam centimeter .....	90
Tabel 4.6 Hasil peningkatan tinggi lompatan dengan ditambah latihan squat exercise pada latihan leg press dalam centimeter .....	91
Tabel 4.7 Rata – rata hasil peningkatan tinggi lompatan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dalam centimeter .....	92
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas .....	93
Tabel 4.9 Hasil Uji Homogenitas .....	94
Tabel 4.10 Hasil Uji Hipotesis I .....	95
Tabel 4.11 Hasil Uji Hipotesis II .....	96
Tabel 4.12 Selisih penigkatan tinggi lompatan pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dalam centimeter .....	97
Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis III .....	97