

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Dosis Latihan <i>medicine ball overhead throw</i>	62
Tabel 2.2 Level Elastic Resistance Band	70
Table 2.3 Dosis Latihan Elastic Resistance Band Bicep Curl	71
Tabel 4.1 Data Usia Sampel	96
Tabel 4.2 Data Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin	97
Tabel 4.3 Nilai kecepatan smash kelompok kontrol	100
Tabel 4.4 Nilai kecepatan smash kelompok perlakuan	103
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	106
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas	107
Tabel 4.7 Hasil Uji Hipotesis I	108
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis II	109
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis III	110