

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
Lampiran 1: Program Latihan <i>Interval 30/30</i> .....	52
Lampiran 2 : Program Latihan <i>Interval 60/60</i> .....	55
Lampiran 3 : Data Mentah <i>Pre-test VO<sub>2</sub>Max</i> .....	58
Lampiran 4 : Ranging dan Pembagian Kelompok dengan <i>Matching Pairing</i> dengan Menggunakan Data <i>Pre-test VO<sub>2</sub>Max</i> .....	59
Lampiran 5 : Data Mentah <i>Post-test VO<sub>2</sub>Max</i> .....	60
Lampiran 6 : Data <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test VO<sub>2</sub>Max</i> Pada Setiap Kelompok Latihan .....	61
Lampiran 7 : Mencari Rata-rata dan Simpangan Baku .....	63
Lampiran 8 : Uji Normalitas Dengan Uji Liliefors .....	67
Lampiran 9 : Uji Homogenitas .....	71
Lampiran 10 : Pengujian Hipotesis .....	72
Lampiran 11: Dokumentasi Penelitian .....	73
Lampiran 12: Surat-surat Keterangan .....	77

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY