

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
2.1 Bentuk Latihan <i>Interval Training</i>	62
2.2 Contoh Bentuk Latihan <i>Interval Training</i>	62
3.1 Pengambilan Data	74
3.2 Formulir Tes Lari 30 Meter	75
3.3 Nilai Tes Lari 30 Meter Putra	77
3.4 Norma Tes Lari 30 Meter Putri.....	77
3.5 Kategori Nilai Lari 30 Meter	78
4.1 Deskripsi data hasil belajar kecepatan lari 30 meter siswa SMP Swasta P.2	
4.2 Hasil lembar observasi guru dan siswa siklus I	
4.3 Hasil lembar observasi guru dan siswa siklus II.....	
4.4 Data hasil belajar kecepatan lari 30 meter siklus I	
4.5 Data hasil belajar kecepatan lari 30 meter siklus II.....	
4.6 Perbandingan hasil belajar lari 30 meter siklus I dan siklus II	

THE
Character Building
UNIVERSITY