

DAFTAR TABEL

	HALAMAN
Tabel 2.1 Interval Training Lambat.....	10
Tabel 2.2 Interval Training Cepat.....	10
Tabel 3.1 Defenisi Operasional.....	34
Tabel 3.2 Bentuk latihan interval training selama 6 hari.....	35
Tabel 4.1 Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> kadar asam laktat atlet UAC.....	41
Tabel 4.2 Analisis deskriptif kadar asam laktat atlet UAC.....	41
Tabel 4.3 Hasil uji normalitas kadar asam laktat (uji Shapiro Wilk).....	42
Tabel 4.4 Hasil uji homogenitas (uji Levene).....	43
Tabel 4.5 Hasil uji t berpasangan kelompok perlakuan dan kontrol.....	44
Tabel 4.6 Hasil uji t tidak berpasangan kelompok perlakuan dan kontrol.....	44

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED

THE
Character Building
UNIVERSITY