

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Daftar Nama Atlet Putra	28
Tabel 3. 2 Desain Penelitian.....	30
Tabel 3. 3 Formulir Penilaian Vo2max.....	33
Tabel 3. 4 Normatif untuk Vo2max male	34
Tabel 3. 5 Norma Vo2max.....	34
Tabel 4. 1 Data Penelitian Perlakuan Latihan	42
Tabel 4. 2 Deskriptif Statistik Pre-test dan Post-test.....	44
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pre-test dan Post-test.....	44
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas.....	46
Tabel 4. 5 Uji Homogen	46

