

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
Lampiran 1: Program Latihan .....	60
Lampiran 2: Data Hasil Pre Test Power Tungkai.....	72
Lampiran 3 : Ranking dan matching pairing .....	73
Lampiran 4 : Pembagian Kelompok Latihan .....	74
Lampiran 5: Hasil Penelitian .....	75
Lampiran 6: Rata-Rata Dan Simpangan Baku.....	76
Lampiran 7: Uji Normalitas .....	80
Lampiran 8: Uji Homogenitas.....	84
Lampiran 9: Uji Hipotesis .....	85
Lampiran 10: Dokumentasi Penelitian.....	90
Lampiran 11: Surat surat keterangan .....	97