

## Daftar Tabel

<b>Tabel 3.1</b> Penilaian dan Klasifikasi VO <sub>2</sub> Max Multistage Futeness Tess .....	63
<b>Tabel 4.1</b> Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	68
<b>Tabel 4.2</b> Analisis Diskriptif <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Bleep Test.....	70
<b>Tabel 4.3</b> Tes Normalitas .....	71
<b>Tabel 4.4</b> Tes Homogenitas .....	72
<b>Tabel 4.5</b> Hasil Uji Hipotesis 1 .....	73
<b>Tabel 4.6</b> Hasil Uji Hipotesis 2 .....	74
<b>Tabel 4.7</b> Hasil Uji Hipotesis 3 .....	75

