

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kemampuan Maksimal Dalam Melakukan <i>Bicep Curls</i>	52
Lampiran 2 Program Latihan	53
Lampiran 3 Hasil Data Awal Tes Kekuatan Otot Lengan	60
Lampiran 4 Data <i>Pre-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	61
Lampiran 5 Data <i>Post-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	62
Lampiran 6 Hasil Rata-Rata dan Simpangan Baku Hasil <i>Pre-Test</i>	63
Lampiran 7 Hasil Rata-Rata dan Simpangan Baku Hasil <i>Post-Test</i>	64
Lampiran 8 Distribusi Frekuensi <i>Pre-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	65
Lampiran 9 Distribusi Frekuensi <i>Post-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	66
Lampiran 10 Uji Normalitas <i>Pre-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	67
Lampiran 11 Uji Normalitas <i>Post-Test</i> Kekuatan Otot Lengan	68
Lampiran 12 Uji Homogenitas Kekuatan Otot Lengan	69
Lampiran 13 Uji Hipotesis Kekuatan Otot Lengan	70
Lampiran 14 Tabel Distribusi T	71
Lampiran 15 Tabel Nilai Kritis <i>Liliefors</i>	72
Lampiran 16 Tabel Titik Persentase Distribusi F	73
Lampiran 17 Tes Surat Izin Penelitian	74
Lampiran 18 Tes Surat Balasan Penelitian	75
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian	76