

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1. Tingkat Intensitas Latihan dengan Denyut Nadi.....	23
3.1 Sampel dengan Desain Faktorial 2x2.....	39
3.2 Rancangan Desain Faktorial 2x2	40
3.3 Bentuk Desain Penelitian <i>Pre -Test</i> dan <i>Post-Test</i>	41
4.1. Hasil <i>Pre-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun kebawah (Latihan Tendangan Depan dari Posisi Jongkok)	44
4.2. Hasil <i>Post-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun kebawah (Latihan Tendangan Depan dari Posisi Jongkok)	45
4.3 Hasil <i>Pre-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun kebawah (Latihan Tendangan Depan Menggunakan Beban di Kaki)	45
4.4. Hasil <i>Post-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun kebawah (Latihan Tendangan Depan Menggunakan Beban di Kaki)	46
4.5. Hasil <i>Pre-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun keatas (Latihan Tendangan Depan dari Posisi Jongkok).....	46
4.6. Hasil <i>Post-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun keatas (Latihan Tendangan Depan dari Posisi Jongkok).....	47
4.7. Hasil <i>Pre-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun keatas (Latihan Tendangan Depan Menggunakan Beban di Kaki)	47
4.8. Hasil <i>Post-Test</i> Kecepatan Tendangan Depan Kelompok Umur Latihan dua tahun keatas (Latihan Tendangan Depan Menggunakan Beban di Kaki)	48
4.9. Data Perlakuan Uji Homogenitas.....	50