DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Indeks massa tubuh (IMT).....53
Lampiran 2. Data Sampel Mahasiswa Ilmu keolahragaan 2024.....54
Lampiran 3. Program Latihan 55
Lamprian 4. Data Populasi *Pretest* Mahasiswa IKOR Angkatan 2024 62
Lampiran 5. Dokumentasi Observasi Data Awal.....65
Lampiran 6. Dokumentasi *Pretest* 66
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....69
Lampiran 8. Dokumentasi *Posttest* 72
Lampiran 9. Uji Normalitas Kekuatan Otot Perut 73
Lampiran 10. Uji Normalitas Lingkar Perut 73
Lampiran 11. Uji Homogenitas Kekuatan Otot Perut.....74
Lampiran 12. Uji Homogenitas Lingkar perut.....74
Lampiran 13. Uji t Dependen.....74
Lampiran 14. Uji t Independen 76
Lampiran 15. Pemberkasan Surat-Surat dan Sertifikat 77

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY