

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Desain Penelitian	33
2. Norma $VO_2\max$	35
3. Data Pre test Daya Tahan Jantung Paru ($VO_2\max$).....	41
4. Data Post test Daya Tahan Jantung Paru ($VO_2\max$)	42
5. Data Pre test Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola	43
6. Data Post test Keterampilan Dasar Bermain Sepak Bola	43
7. Ringkasan Hasil Uji Homogenitas	44
8. Ringkasan Hasil Uji Normalitas	45