

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel Latihan Sirkuit	50
2. Tabel Latihan Interval	52
3. Normatif Data	65
4. Anova Tunggal.....	69
5. Ringkasan Anova	70
6. Hasil Uji Hipotesis 1	71
7. Hasil Uji Hipotesis 2	71
8. Hasil Uji Hipotesis 3	72
9. Uji Normalitas.....	77
10. Uji Homogenitas	77
11. Hasil Uji Pengaruh.....	78
12. Hasil Uji Beda.....	78