

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Hasil tes awal bantingan.....	73
Lampiran 2	Hasil tes awal kelompok tarik karet.....	74
Lampiran 3	Distribusi Frekuensi.....	76
Lampiran 4	Hasil tes akhir kelompok tarik karet.....	78
Lampiran 5	Distribusi Frekuensi.....	80
Lampiran 6	Perhitungan uji-t paired latihan tarik karet.....	82
Lampiran 7	Hasil tes awal kelompok latihan naik turun tambang.....	85
Lampiran 8	Distribusi frekuensi.....	87
Lampiran 9	Hasil tes akhir naik turun tambang.....	89
Lampiran 10	Distribusi frekuensi.....	91
Lampiran 11	Perhitungan Uji-t Paired latihan naik turun tambang.....	93
Lampiran 12	Perhitungan uji-t Independent.....	93
Lampiran 13	Uji Reabilitas.....	100
Lampiran 14	Program latihan.....	103
Lampiran 15	Foto penelitian model latihan naik turun tambang.....	108
Lampiran 16	Foto penelitian model latihan narik karet.....	109