

DAFTAR GRAFIK

| | | |
|-------------------|---|-----------|
| Grafik 4.1 | Distribusi Sampel Menurut Usia | 74 |
| Grafik 4.2 | Distribusi berdasarkan Jenis Kelamin | 75 |
| Grafik 4.3 | Nilai peningkatan kapasitas vital paru pada kelompok perlakuan I sebelum dan sesudah latihan lari 4km | 77 |
| Grafik 4.4 | Nilai peningkatan kemampuan kapasitas vital paru pada kelompok perlakuan I sebelum dan sesudah latihan jalan 5km | 78 |
| Grafik 4.9 | Sselisih Nilai peningkatan kapasitas vital paru antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II | 85 |