

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 2.1</b>	<b>Nilai Ventilasi Paru</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 2.2</b>	<b>Pendistribusian Darah</b>	<b>46</b>
<b>Tabel 4.1</b>	<b>Distribusi Sampel Menurut Usia</b>	<b>74</b>
<b>Tabel 4.2</b>	<b>Distribusi sampel menurut Jenis Kelamin</b>	<b>75</b>
<b>Tabel 4.3</b>	<b>Nilai kapasitas vital paru pada Kelompok Perlakuan I (dalam satuan Liter)</b>	<b>76</b>
<b>Tabel 4.4</b>	<b>Nilai kapasitas vital paru pada Kelompok Perlakuan II (dalam satuan Liter)</b>	<b>78</b>
<b>Tabel 4.5</b>	<b>Uji Normalitas dan Homogenitas Kelompok Perlakuan I dan kelompok Perlakuan II</b>	<b>79</b>
<b>Tabel 4.6</b>	<b>Nilai awal nilai kapasitas vital paru pada Kelompok Perlakuan I dan Kelompok Perlakuan II</b>	<b>80</b>
<b>Tabel 4.7</b>	<b>Nilai peningkatan kapasitas vital paru sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan I</b>	<b>81</b>
<b>Tabel 4.8</b>	<b>Nilai peningkatan VO<sub>2</sub>max sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan II</b>	<b>82</b>
<b>Tabel 4.9</b>	<b>Sselisih Nilai peningkatan kapasitas vital paru antara kelompok perlakuan I dan kelompok perlakuan II</b>	<b>83</b>