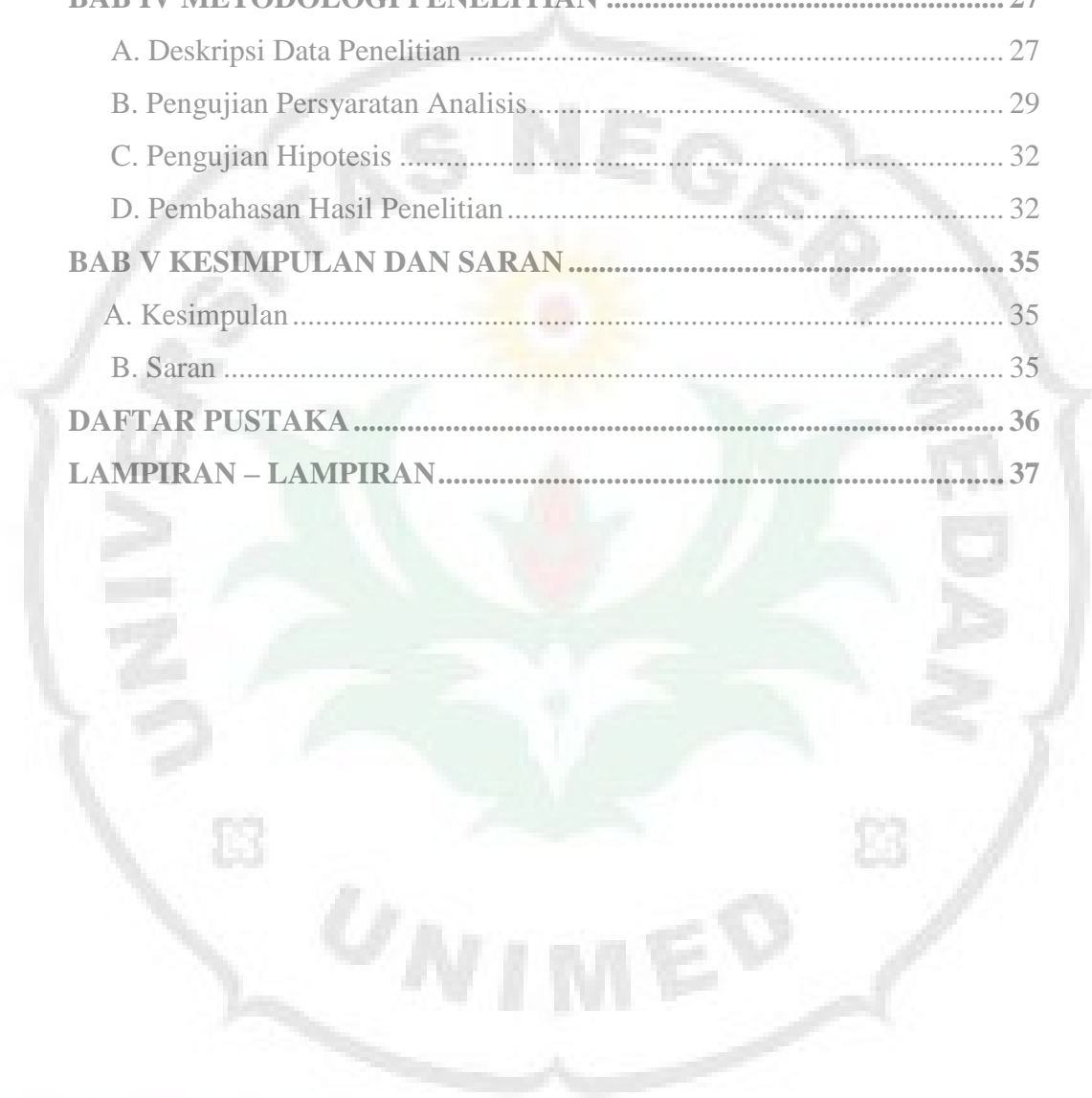


## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teoritis.....	7
1. Hakikat <i>Gulat</i> .....	7
2. Hakikat <i>VO2Max</i> .....	10
3. Hakikat Latihan .....	12
4. Hakikat Latihan <i>Circuit Training</i> .....	17
B. Kerangka Berpikir .....	19
C. Hipotesis .....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
A. Waktu dan Tempat Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel.....	21
C. Metode Penelitian .....	22
D. Desain Penelitian .....	22
E. Instrumen penelitian.....	23
F. Teknik Analisis Data.....	26

	Halaman
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Deskripsi Data Penelitian .....	27
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	29
C. Pengujian Hipotesis .....	32
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	32
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>35</b>
A. Kesimpulan .....	35
B. Saran .....	35
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>36</b>
<b>LAMPIRAN – LAMPIRAN.....</b>	<b>37</b>



THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY