

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	7
1.3. Pembatasan Masalah .....	7
1.4. Rumusan Masalah .....	8
1.5. Tujuan Penelitian .....	8
1.6. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 Kerangka Teori .....	9
2.1.1 Hakikat Renang .....	9
2.1.2 Hakikat Renang Gaya Punggung .....	11
2.1.3 Hakikat Latihan .....	16
2.1.4 Hakikat Latihan <i>Dry Land</i> .....	32
2.1.5 Hakikat Latihan <i>Core Stability</i> .....	36
2.2 Kerangka Berpikir .....	39
2.3 Hipotesis .....	40
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....	41

3.2	Populasi dan Sampel .....	41
3.3	Metode Penelitian.....	42
3.4	Desain Penelitian.....	42
3.5	Instrument Penelitian.....	43
3.6	Teknik Analisis Data .....	43
3.7	Hipotesis Statistik.....	45
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>46</b>
4.1	Deskripsi Data Penelitian.....	46
4.2	Pengujian Persyaratan Analisis .....	47
4.2.1	Uji Normalitas.....	47
4.2.2	Uji Homogenitas .....	47
4.2.3	Pengujian Hipotesis.....	48
4.3	Pembahasan.....	48
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>50</b>
5.1	Kesimpulan .....	50
5.2	Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>51</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>52</b>

THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY