

## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN.....	i
PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
ABSTRACT.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	7
1.3. Pembatasan Masalah.....	8
1.4. Rumusan Masalah.....	8
1.5. Tujuan Penelitian.....	8
1.6. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>10</b>
2.1. Kajian Teoritis.....	10
2.1.1. Hakikat Renang.....	10
2.1.2 Hakikat Renang Gaya Bebas (Crawl).....	12
2.1.3. Hakikat Kekuatan.....	19
2.1.4. Hakikat Otot Lengan.....	21
2.1.5. Hakikat Latihan.....	25
2.1.7. Hakikat Variasi Latihan.....	30
2.2. Kerangka Berpikir.....	34
2.3. Hipotesis Penelitian.....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
3.1. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	37
3.1.1. Lokasi Penelitian.....	37

3.1.2. Waktu Penelitian.....	37
3.2. Populasi Dan Sampel.....	37
3.2.1. Populasi.....	37
3.2.2. Sampel.....	38
3.3. Metode Penelitian.....	38
3.4. Desain Penelitian.....	39
3.5. Instrument Tes.....	40
3.6. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
4.1. Deskripsi Data Penelitian.....	43
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis.....	45
4.2.1 Uji Homogenitas.....	45
4.2.2 Uji Normalitas.....	45
4.2.3 Pengujian Hipotesis.....	46
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>54</b>
5.1 Kesimpulan.....	54
5.2 Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>

THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY