

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUANi
LEMBAR PENGESAHANii
LEMBAR PERNYATAANiii
ABSTRAKiv
ABSTRACTv
KATA PENGANTARvi
DAFTAR ISIviii
DAFTAR TABELx
DAFTAR GAMBARxi
DAFTAR LAMPIRANxii
BAB I : PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	7
1.3. Pembatasan Masalah	7
1.4. Rumusan Masalah	7
1.5. Tujuan Penelitian	8
1.6. Manfaat Penelitian	8
BAB II : KAJIAN TEORITIS.	9
2.1. Landasan Teori.....	9
2.1.1. Hakekat Muaythai.....	9
2.1.2. Hakekat Latihan	19
2.1.3. Hakekat <i>Interval Ekstensiv</i>	30
2.1.4. Hakekat Kapasitas <i>Aerobic</i>	33
2.2. Kerangka Berpikir	37
2.3. Hipotesis	38
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN.....	40
3.1. Lokasi Dan Waktu Penelitian	40

3.2. Populasi Dan Sampel	40
3.3. Metode Penelitian	41
3.4. Operasional Penelitian	42
3.5. Desain Penelitian	43
3.6. Instrumen Penelitian	43
3.7. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1. Deskripsi Hasil Penelitian	47
4.2. Uji Normalitas	49
4.3. Uji Homogenitas	49
4.4. Uji Hipotesis	51
4.5. Pembahasan	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
4.1. Kesimpulan	57
4.2. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	65

THE
Character Building
UNIVERSITY