

# DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	<b>1</b>
1.2 Identifikasi Masalah .....	<b>5</b>
1.3 Pembatasan Masalah .....	<b>6</b>
1.4 Rumusan Masalah .....	<b>6</b>
1.5 Tujuan Penelitian.....	<b>6</b>
1.6 Kegunaan Hasil Penelitian .....	<b>6</b>
<b>BAB II. KAJIAN TEORETIS</b> .....	<b>8</b>
2.1 Deskripsi Konseptual .....	<b>8</b>
2.1.1 Hakikat Lari 1500 Meter.....	<b>8</b>
2.1.2 Hakikat Latihan.....	<b>12</b>
2.1.3 Hakikat <i>Up Hill</i> (Lari Menanjak).....	<b>16</b>
2.1.4 Hakikat <i>Down Hill</i> (Lari Menurun) .....	<b>19</b>
2.2 Hasil penelitian yang relevan .....	<b>21</b>
2.3 Kerangka berpikir .....	<b>22</b>
2.4 Hipotesis penelitian .....	<b>24</b>
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>25</b>
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>25</b>
3.1.1 Tempat Penelitian.....	<b>25</b>

3.1.2	Waktu Penelitian .....	25
3.2	Populasi dan Sampel .....	25
3.2.1	Populasi.....	25
3.2.2	Sampel.....	25
3.3	Metode Penelitian .....	26
3.4	Desain Penelitian .....	26
3.5	Instrument Penelitian.....	27
3.6	Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.7	Teknik Analisis Data .....	28
<b>BAB IV.</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
4.1	Deskripsi Data Penelitian .....	30
4.2	Pengujian Persyaratan Analisis .....	31
4.2.1	Pengujian Normalitas .....	31
4.2.2	Pengujian Homogenitas .....	32
4.3	Pengujian Hipotesis .....	33
4.4	Pembahasan Hasil Kesimpulan .....	34
<b>BAB V.</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>36</b>
5.1	Kesimpulan.....	36
5.2	Saran .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>37</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>39</b>

