

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
LAMPIRAN.....	x
<u>BAB I PENDAHULUAN.....</u>	<u>1</u>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
<u>BAB II KAJIAN TEORITIS.....</u>	<u>7</u>
2.1 Deskripsi Konseptual.....	7
2.1.1 Hakikat kecepatan.....	7
2.1.2 Hakikat Latihan.....	8
2.1.3 Hakikat Latihan Interval.....	11
2.1.4 Hakikat Renang Gaya Bebas.....	13
2.2 Penelitian Yang Relevan.....	15
2.3 Kerangka Berfikir.....	17
2.4 Hipotesis.....	18
<u>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</u>	<u>19</u>
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
3.2 Populasi dan Sampel.....	19
3.3 Metode Penelitian.....	19
3.4 Defenisi Operasional Variabel.....	20
3.5 Desain Penelitan.....	20

3.6 Instrumen Penelitian.....	21
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	23
3.8 Teknik Analisis Data.....	23
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	25
4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	25
4.2 Pengujian Persyarat Analisis.....	25
4.2.1. Hasil Uji Normalitas.....	26
4.2.2 Uji Homogenitas.....	26
4.3. Pengujian Hipotesis.....	27
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	31
5.1 Kesimpulan.....	31
5.2 Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	32
LAMPIRAN.....	35