

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	6
1.3. Pembatasan Masalah	6
1.4. Rumusan Masalah	6
1.5. Tujuan Penelitian.....	6
1.6. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN TEORI.....	8
2.1 Deskripsi Konseptual.....	8
2.1.1 Hakikat Renang	8
2.1.2 Renang Gaya Bebas.....	9
2.1.3 Biomekanik Renang Gaya Bebas	13
2.1.4 Hakikat Kecepatan.....	17
2.1.5 Hakikat Latihan	21
2.1.6 Hakikat Swimming Resisten Belt.....	26
2.1.7 Hakikat <i>Swimming Parachute</i>	28
2.2 Penelitian Relevan	29
2.3 Kerangka Berfikir	32
2.4 Hipotesis	33

BAB III. METEDOLOGI PENELITIAN	34
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	34
3.1.1 Lokasi Penelitian	34
3.1.2 Waktu Penelitian	34
3.2 Populasi dan Sampel.....	34
3.2.1 Populasi penelitian.....	34
3.2.2 Sampel Penelitian	34
3.3 Metode Penelitian	35
3.4 Desain Penelitian	35
3.5 Instrumen Penelitian	36
3.6 Teknik Analisis Data	36
3.7 Hipotesis Statistik.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Deskripsi Data Penelitian.....	39
4.1.1 Deskripsi data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Tets</i>	39
4.1.2 Pengujian Persyaratan Analisis	40
4.1.3 Pengujian Hipotesis.....	41
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	51