# DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Limit Waktu Berdasarkan Hasil Kejuaraan Riau Open 2024 Renang Gaya Bebas 50 Meter ..... 3
Tabel 2. 1 Ukuran *Fins* ..... 20
Tabel 3. 1 *Pre-test – Post-test* Control Group Design ..... 28
Tabel 4. 1 Data *Pre-test* Dan *Post-test* Kelompok Eksperimen Kecepatan ..... 34
Tabel 4. 2 Deskripsi Hasil *Pre-test* Kelompok Eksperimen ..... 34
Tabel 4. 3 Deskripsi Hasil *Post-test* Kelompok Eksperimen ..... 35
Tabel 4. 4 *Pre-test* Dan *Post-test* Kelompok Kontrol Kecepatan Renang ..... 35
Tabel 4. 5 Deskripsi Hasil *Pre-test* Kelompok Kontrol ..... 36
Tabel 4. 6 Deskripsi Hasil *Post-test* Kelompok Kontrol ..... 36
Tabel 4. 7 Data *Post-test* Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol ..... 37
Tabel 4. 8 Deskripsi Hasil *Post-test* Kelompok Eksperimen ..... 37
Tabel 4. 9 Deskripsi Hasil *Post-test* Kelompok Kontrol ..... 38
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas ..... 39
Tabel 4. 11 Hasil Uji Homogenitas ..... 40
Tabel 4. 12 Hasil Uji *Paired Sample t-test* ..... 40

THE Character Building UNIVERSITY