

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	<i>i</i>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<i>ii</i>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<i>iv</i>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<i>vi</i>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<i>vii</i>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<i>viii</i>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II : LANDASAN TEORITIS</b> .....	<b>6</b>
A. Kajian Teoritis .....	6
1.Hakikat Renang.....	6
2.Hakikat Renang gaya kupu-kupu.....	7
3. Hakikat Latihan.....	15
4.Hakikat Latihan Hipoksik .....	17
B. Kerangka Berpikir.....	19
C. Hipotesis Tindakan .....	21
<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>22</b>
A. Setting Penelitian .....	22
1. Waktu Penelitian .....	22
2. Tempat Penelitian.....	23

B. Subjek Penelitian .....	23
1. Subjek Penerima Tindakan.....	23
2. Subjek Pemberi Tindakan.....	23
C. Metodologi Penelitian .....	23
D. Sumber Data .....	23
E. Siklus Penelitian Tidakan Olahraga ( PTO ).....	24
F. Persiapan Penelitian Tindakan Olahraga ( PTO ).....	24
G. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data .....	25
H. Analisis Data .....	26
I. Prosedur Penelitian .....	27
J. Proses Penelitian.....	31
K. Pelaksanaan Penelitian.....	33
<b>BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	34
1. Kondisi Awal .....	34
2. Siklus I .....	36
B. Hasil Penelitian.....	41
C. Pembahasan Penelitian.....	41
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>45</b>
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>48</b>