

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
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	3
1.3. Pembatasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah	4
1.5. Tujuan Penelitian.....	4
1.6. Kegunaan Hasil Penelitian	5
BAB II. KAJIAN TEORI	6
2.1. Deskripsi Konseptual.....	6
2.1.1. Hakikat Renang	6
2.1.2. Hakekat Renang Gaya Bebas.....	8
2.1.3. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai	12
2.1.4. Hakekat Kecepatan	14
2.1.4. Hakekat Latihan.....	17
2.1.5. Hakekat <i>Single leg depth jump</i>	22
2.1.6. Hakekat <i>Depth jump</i>	23
2.2. Hasil Penelitian Relevan.....	25
2.3. Kerangka Berfikir	27
2.4. Hipotesis Penelitian	28

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	29
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
3.2. Populasi dan Sampel.....	29
3.3. Metodologi Penelitian	30
3.4. Desain Penelitian	31
3.5. Instrumen Penelitian	31
3.6. Teknik Pengumpulan Data	34
3.7. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Deskripsi Data Penelitian	39
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis	41
4.2.1 Uji Normalitas	42
4.2.2 Uji Homogenitas.....	43
4.3 Pengujian Hipotesis	44
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	53

