

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	8
1.3. Batasan Masalah	8
1.4. Rumusan Masalah.....	8
1.5. Tujuan Penelitian.....	9
1.6. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	11
2.1. Kerangka Teoretis.....	11
2.1.1. Hakikat Renang.....	11
2.1.2. Hakikat Gaya Dada	13
2.1.3. Hakikat Latihan	16
2.1.4. Hakikat Latihan <i>Interval</i>	21
2.1.5. Hakikat Latihan <i>Single Leg Speed Hop</i>	22
2.1.6. Hakikat Kecepatan	23
2.2. Penelitian yang relevan.....	24
2.3. Kerangka Berfikir	25
2.4. Hipotesis Penelitian	27

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
3.1.1. Tempat Penelitian.....	27
3.1.2. Waktu Penelitian	27
3.2. Populasi dan Sampel.....	27
3.2.1. Populasi	27
3.2.2. Sampel	27
3.3. Metode Penelitian.....	28
3.4. Desain Penelitian	28
3.5. Instrumen Penelitian.....	29
3.6. Teknik Pengumpulan Data	30
3.7. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	34
4.1. Deskripsi Data Penelitian	34
4.2. Pengujian Persyaratan Analisis	39
4.2.1. Uji Normalitas.....	39
4.2.2. Uji Homogenitas	40
4.2.3. Uji Hipotesis	42
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
5.1. Kesimpulan.....	46
5.2. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	52