

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PROPOSAL	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Deskripsi Konseptual.....	10
2.1.1 Hakikat Renang.....	10
2.1.2 Renang Gaya Bebas	12
2.1.3 Teknik Renang Gaya Bebas.....	13
2.1.4 Hakikat Kecepatan	26
2.1.5 Hakikat Latihan.....	29
2.1.6 Penggunaan Alat Sebagai Media Latihan	32
2.1.7 Faktor Penentu Prestasi Olahraga	37
2.2 Penelitian yang Relevan.....	38
2.3 Kerangka Berpikir.....	39
2.4 Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN	41

3.1	Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
3.2	Populasi dan Sampel.....	41
3.3	Metode Penelitian	42
3.4	Desain Penelitian	43
3.5	Instrumen Penelitian	44
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.7	Teknik Analisis Data.....	45
3.8	Hipotesis Statistik	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		48
4.1	Deskripsi Data Penelitian.....	48
4.2	Uji Normalitas.....	50
4.3	Uji T.....	50
4.4	Pembahasan.....	51
BAB V KESIMPULAN		52
5.1	Kesimpulan	52
5.2	Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....		55
LAMPIRAN.....		58