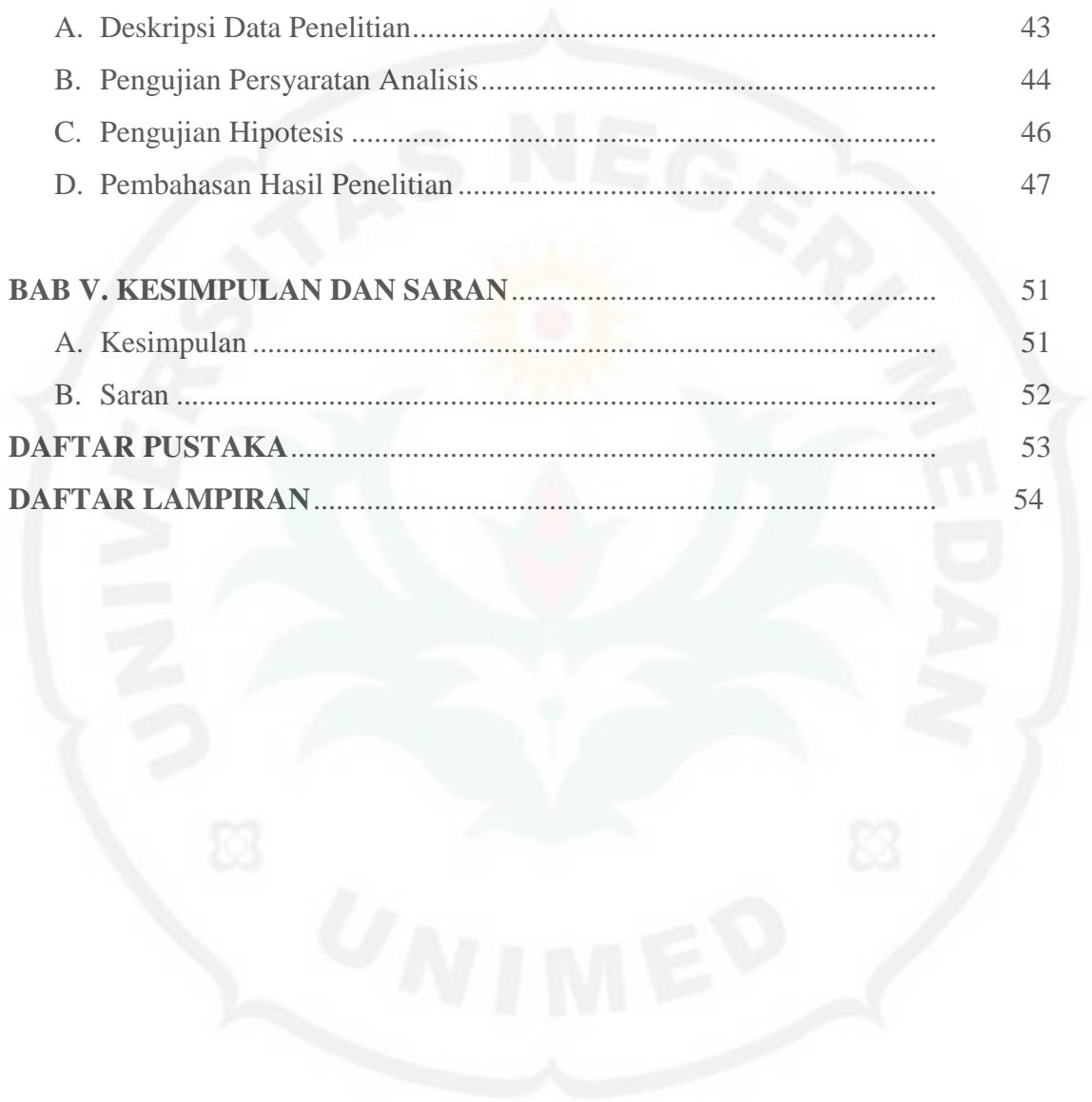


DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Pembatasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
BAB II. LANDASAN TEORITIS	14
A. Kerangka Teoritis	14
1. Hakikat Renang	14
2. Renang Gaya Dada	17
3. Hakikat Latihan	23
a.Hakika t <i>Interval Training</i>	28
b.Latihan renang jarak 25 meter	31
c.Latihan renang jarak 50 meter.....	32
4. Hakikat Kecepatan	33
B. Kerangka Berpikir	34
C. Hipotesis.....	35
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Metode Penelitian	40
D. Desain Penelitian	40
E. Instrumen Penelitian	41

F. Teknik Analisis Data	42
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Deskripsi Data Penelitian.....	43
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	44
C. Pengujian Hipotesis	46
D. Pembahasan Hasil Penelitian	47
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
DAFTAR LAMPIRAN.....	54



THE
Character Building
UNIVERSITY