

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORITIS	6
A. Kajian Teoritis	6
1. Hakikat Lompat Jauh Gaya Menggantung.....	6
2. Hakikat Latihan Sprint 50 Meter dan Latihan Standing Broad Jump	16
B. Kerangka Berfikir	21
C. Hipotesis	22
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian	24
B. Populasi Dan Sampel	24
C. Metode Penelitian	25
D. Desain Penelitian	26

	Halaman
E. Instrument Penelitian	26
F. Teknik Analisa Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN	30
A. Deskripsi Data Penelitian	30
B. Pengujian Hipotesis	32
C. Hasil penelitian	34
D. Pembahasan Hasil Penelitian	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	43