

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. LatarBelakang Masalah	1
B. IdentifikasiMasalah	5
C. PembatasanMasalah.....	5
D. RumusanMasalah	5
E. TujuanPenelitian.....	6
F. ManfaatPenelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	
A. KajianTeoritis	7
1. HakekatTraditional Boat Race.....	7
1.1. Peralatan Traditional Boat Race	9
1.2. Teknik Dasar Olahraga Tradisional Boat Race	19
1.3. Teknik Mendayung	20
1.4. Sistem Perlombaan	28
2. Hakekat kondisi Fisik	29
3. Analisis Komponen Kondisi Fisik.....	33
3.1. Hakekat Kekuatan.....	34
3.2. Hakekat Daya Tahan.....	36
3.3. Hakekat Kelentukan.....	37
4. Profil Pengprov PODSI Sumatera Utara	39

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi Dan Waktu	40
B. Populasi Dan Sampel.....	40
C. Metode Penelitian	41
D. Instrumen Penelitian	41
E. Teknik Analisis Data	46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	50
B. Hasil Penelitian.....	50
1. Deskripsi Hasil Pengukuran Kondisi Fisik Perkomponen.....	50
2. Deskripsi Hasil Pengukuran Kondisi Fisik Keseluruhan Team.....	55
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	56

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58

DAFTAR PUSTAKA	59
-----------------------------	----

LAMPIRAN	61
-----------------------	----

THE
Character Building
UNIVERSITY