

## DAFTAR ISI

	Halaman
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PRIBADI .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Definisi Operasional.....	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORETIS .....	8
2.1 Kajian Pustaka.....	8
2.1.1 Hakikat Renang .....	8
2.1.2 Renang Gaya Dada.....	11
2.1.3 Kondisi Fisik .....	16

2.1.4 Komponen Kondisi Fisik .....	17
2.1.5 <i>Power</i> Otot Lengan .....	19
2.1.6 <i>Power</i> Otot Tungkai .....	20
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	21
2.3 Kerangka Konseptual .....	22
2.4 Hipotesis Penelitian.....	23
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
3.1 Metode Penelitian.....	24
3.2 Variabel Penelitian .....	25
3.3 Kontelasi Variabel.....	25
3.4 Populasi dan Sampel .....	26
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	27
3.6 Instrumen Penelitian.....	27
3.7 Teknik Analisis Data.....	31
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	32
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	35
4.2 Pembahasan.....	38
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>41</b>
5.1 Simpulan.....	41
5.2 Saran.....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN – LAMPIRAN .....</b>	<b>45</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>60</b>