

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
HALAMAN PRIBADI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMAKASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Definisi Operasional.....	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN TEORITIS	6
2.1 Kajian Pustaka	6
2.1.1 Renang	6
2.1.1.1 Pengertian Renang	6
2.1.1.2 Macam – Macam Gaya Renang.....	7
2.2 Renang Gaya Bebas.....	10
2.2.1 Pengertian Renang Gaya Bebas	10

2.2.2	Teknik Renang Gaya Bebas	10
2.3	Kecepatan Renang Gaya Bebas.....	12
2.4	Panjang Lengan	13
BAB III PROSEDUR PENELITIAN		20
3.1	Metode Penelitian.....	20
3.2	Variabel Penelitian.....	20
3.3	Populasi dan Sampel	21
3.4	Teknik Pengumpulan Data	21
3.5	Instrumen Penelitian	22
3.6	Teknik Analisis Data.....	23
3.7	Langkah-langkah Penelitian	25
3.8	Waktu dan Tempat Penelitian	25
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		27
4.1	Deskripsi Temuan Penelitian	27
4.1.1	Deskripsi Data.....	27
4.1.2	Pengujian Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
4.2	Pembahasan	30
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		33
5.1	Simpulan.....	33
5.2	Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....		33
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....		35

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Road Maps Penelitian.....	26
Tabel 4. 1 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata (<i>mean</i>) dan Standar Deviasi Tiap Tes	27
Tabel 4. 2 Hasil Uji Hipotesis Pertama	28
Tabel 4. 3 Hasil Uji Hipotesis Kedua.....	28
Tabel 4. 4 Hasil Uji Hipotesis Ketiga.....	29
Tabel 4. 5 Tabel Interpretasi Koefisien Korelasi.....	29

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Gaya Bebas (<i>Crawl</i>).....	8
Gambar 2. 2 Gaya Dada.....	8
Gambar 2. 3 Gaya Punggung.....	9
Gambar 2. 4 Gaya Kupu-Kupu.....	9
Gambar 2. 5 Posisi Tubuh.....	10
Gambar 2. 6 Posisi Kaki.....	11
Gambar 2. 7 Gerakan Lengan.....	11
Gambar 2. 8 Teknik Pernapasan.....	12
Gambar 2. 9 Koordinasi Gerakan.....	12
Gambar 2. 10 Pose Pengukuran Panjang Lengan.....	14
Gambar 2. 11 Kerangka Konsep Penelitian.....	18

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Tes Ukur Panjang Lengan, Panjang Tungkai, dan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Bebas.....	35
Lampiran 2. Kontribusi Panjang Lengan (X_1) Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Bebas (Y)	36
Lampiran 3. Kontribusi Panjang Tungkai (X_2) Dengan Kecepatan Renang 50 Meter Gaya Bebas (Y)	38
Lampiran 4 Korelasi Panjang Lengan (X_1) Dengan Panjang Tungkai (X_2).....	40
Lampiran 5. Korelasi Ganda (R).....	42
Lampiran 6 Tabel Distribusi t.....	43
Lampiran 7. Tabel Distribusi F	44
Lampiran 8. Surat Keputusan Pembimbing	45
Lampiran 9. Surat Keputusan Penguji	46
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian / Observasi	47
Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	48
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian.....	49