

DAFTAR ISI

Y	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	4
A. Atletik.....	4
B. Hakikat Lari <i>Sprint</i>	5
C. Hakikat Latihan.....	11
D. Latihan Akserelasi.....	11
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	16
F. Anggapan Dasar dan Hipotesis.....	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	17
A. Metode Penelitian.....	17
B. Desain Penelitian.....	17
C. Populasi dan Sampel.....	18
D. Instrument Penelitian.....	19
E. Pelaksanaan Penelitian.....	19
F. Teknik Analisi Data.....	20
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data.....	25
B. Pembahasan.....	28
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	30
A. Kesimpulan.....	30
B. Saran.....	30
DAFTAR PUSTAKA.....	31
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	33

