

DAFTAR ISI

ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Masalah Penelitian.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Hakikat Latihan	4
B. Latihan Menendang di Air.....	4
C. <i>Power</i> Tungkai	6
D. Faktor yang Mempengaruhi <i>Power</i> Tungkai	6
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Metode Penelitian.....	8
B. Desain Penelitian	8
C. Populasi dan Sampel.....	9
D. Instrumen Penelitian.....	10
E. Teknik Dan Analisa Data.....	11
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Hasil Analisis Data.....	14
B. Diskusi Penemuan	17
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	19
B. Saran-saran	19
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN LAMPIRAN	23