

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Identifikasi dan perumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
A. Kajian Pustaka	7
1. Atletik	7
2. Lompat Jauh.....	7
3. Faktor Pendukung Lompat Jauh	15
4. Kondisi Fisik.....	16
5. Weight Training.....	23
6. Power.....	26
B. Kerangka Pemikiran.....	28
C. Hipotesis Penelitian.....	29

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Populasi dan Sampel	30
B. Desain Penelitian	31
C. Metode Penelitian	32
D. Definisi Operasional	32
E. Instrument Penelitian	33
F. Teknik Pengumpulan Data	36
G. Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA

A. Hasil Pengolahan	40
B. Analisis Data	41
C. Pengujian Hipotesis	42
D. Diskusi Penemuan	43

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	44
B. Saran	44

DAFTAR PUSTAKA	45
-----------------------------	----

LAMPIRAN	46
-----------------------	----

RIWAYAT HIDUP