

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Halaman Pengesahan Pembimbing .....	ii
Halaman Pengesahan Penguji .....	iii
Surat Pernyataan .....	iv
Halaman Persembahan.. .....	v
Abstrak .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Gambar .....	x
Daftar Tabel .....	xi
Daftar Lampiran .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	3
C. Batasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>7</b>
A. Atletik .....	7
B. Lari Cepat .....	10
C. Kebugaran Jasmani .....	12
D. Daya Ledak Otot Tungkai.....	15
E. Indeks Massa Tubuh.....	17
F. Teknik Pengukuran Antropometri.....	20
G. Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
B. Teknik Dan Pendekatan Penelitian .....	27
C. Populasi Dan Sampel Penelitian .....	28
D. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengumpulan Data .....	29
E. Teknik Pengumpulan Data .....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>38</b>
A. Deskripsi Data.....	38
B. Analisis Data .....	42
C. Pembahasan .....	44
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	48
DaftarPustaka.....	49