

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
G. Ruang Lingkup	6
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pendidikan Jasmani	7
B. Alat Bantu Pembelajaran.....	13
C. Alat bantu	14
D. Renang Gaya Bebas	15
E. Koordinasi Lengan Dan Napas.....	17
III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	18
B. Rencana Penelitian	20
C. Subyek Penelitian.....	20
D. Tempat dan Waktu Pelaksanaan Penelitian	21
E. Instrument Penelitian.....	21
F. Teknik Analisis Data	23
G. Proses Pembelajaran Gerak Dasar Koordinasi lengan dan pernapasan renang gaya bebas	23
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	27
B. Pembahasan	31
C. Deskripsi Pembelajaran Setiap Siklusnya	32

V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	35
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	38