

DAFTAR ISI

Halaman

PERSETUJUAN SKRIPSI	
PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
2.1 Kajian Teoritis	9
2.1.1 Hakekat Olahraga Taekwondo	9
2.1.2 Hakekat Kelincahan	17
2.1.3 Hakekat Kelentukan	19
2.1.4 Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai	21
2.1.5 Hakekat Kecepatan Tendangan <i>Dolyo-Chagi</i>	22
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan	23
2.3 Kerangka Berpikir	24
2.4 Hipotesis Penelitian	25
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	27
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	27
3.3 Metodologi Penelitian	27
3.4 Desain Penelitian	28

3.5 Instrumen Penelitian.....	29
3.5.1 Kelincahan (<i>Illinois Agility Test</i>)	29
3.5.2 Kelentukan (<i>Sit and Reach</i>)	30
3.5.3 Tes <i>Power Otot Tungkai (Vertical Jump)</i>	32
3.5.4 Tes Kecepatan Tendangan.....	35
3.6 Teknik Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1 Deskripsi Data Penelitian	38
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian Variabel Kelincahan	39
4.1.2 Deskripsi Data Penelitian Variabel Kelentukan	39
4.1.3 Deskripsi Data Penelitian Variabel <i>Power Otot Tungkai</i>	40
4.1.4 Deskripsi Data Penelitian Variabel Kecepatan Tendangan <i>Dolyo Chagi</i> Atlet Taekwondo Armenia Club	40
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis.....	41
4.2.1 Uji Normalitas.....	41
4.2.2 Uji Homogenitas	42
4.3 Pengujian Hipotesis.....	42
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	53
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	56

THE
Character Building
 UNIVERSITY