

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah	3
1.5 Tujuan Penelitian.....	3
1.6 Kegunaan Hasil Penelitian	4
1.6.1 Manfaat Teoritis	4
1.6.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB II	5
KAJIAN TEORETIS	5
2.1. Deskripsi Konseptual	5
2.1.1. Daya Ledak Otot Tungkai.....	5

2.1.2.	Latihan <i>Pliometrik</i>	9
2.1.3.	<i>Jump to Box</i>	20
2.1.4.	<i>Scissors Jump</i>	22
2.1.5	Profil Partoba FC	23
2.2	Hasil Penelitian yang Relevan.....	24
2.3	Kerangka Berfikir.....	25
2.4	Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		29
3.1	Tempat dan Waktu Penelitian	29
3.1.1	Tempat Penelitian.....	29
3.1.2	Waktu Penelitian	29
3.2	Populasi dan Sampel	29
3.3	Metode Penelitian.....	30
3.4	Desain Penelitian.....	30
3.5	Defenisi Operasional	31
3.6	Instrumen Penelitian.....	31
3.7	Teknik Pengumpulan Data	32
3.8	Teknik Analisis Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		36
4.1	Deskripsi Data Penelitian	36
4.2	Pengujian Persyaratan Analisis	37
4.2.1	Uji Normalitas.....	37
4.2.2	Uji Homogenitas	38
4.3	Analisis Data Penelitian	38

4.3.1 Analisis Statistik Inferensial	38
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
5.1 Kesimpulan.....	42
5.2 Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	46



THE
Character Building
 UNIVERSITY