

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	i
ABSTRAK .....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN .....	x
BAB I . PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar belakang masalah .....	1
1.2. Identifikasi masalah .....	11
1.3. Pembatasan masalah .....	12
1.4. Rumusan masalah .....	12
1.5. Tujuan penelitian .....	12
1.6. Kegunaan hasil penelitian.....	12
BAB II . KAJIAN TEORITIS.....	14
2.1. Pencak silat .....	14
2.1.1. Hakekat pencak silat.....	14
2.1.2. Aspek dalam pencak silat .....	16
2.1.3. Unsur teknik dasar pencak silat .....	18
2.1.4. Peraturan pertandingan .....	19
2.2. Tendangan sabit .....	21
2.2.1. Hakekat tendangan sabit.....	21
2.2.2. Gerak teknik tendangan sabit.....	29
2.3. Teori efektivitas .....	32
2.4. Hasil yang relevan .....	33
2.5. Kerangka berfikir.....	36
2.6. Hipotesis penelitian .....	38
BAB III . METODOLOGI PENELITIAN .....	39

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
3.2. Populasi dan Sampel .....	39
3.3. Metode Penelitian .....	39
3.4. Desain penelitian.....	40
3.5. Instrumen penelitian .....	42
3.6. Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.7. Teknik analisis data.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
4.1. Deskripsi data penelitian .....	48
4.2. Pengujian persyaratan analisis .....	49
4.2.1. Uji statistik deskriptif.....	49
4.2.2. Uji normalitas.....	50
4.2.3. Uji homogenitas .....	51
4.3. Pengujian hipotesis.....	51
4.4. Pembahasan hasil penelitian .....	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
5.1. Kesimpulan .....	56
5.2. Saran.....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>60</b>