

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRAK</i>.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian	6
1.6 Kegunaan Hasil Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	8
2.1 Kerangka Teoritis.....	8
2.1.1 Hakikat Senam	8
2.1.2 Hakikat Senam <i>Artistic</i>	9
2.1.3 Hakikat Senam Lantai (<i>Floor Exercise</i>).....	10
2.1.4 Hakikat <i>Back Handspring</i>	11
2.1.5 Hakikat Latihan.....	12
2.1.6 Hakikat <i>Split Squat Jump</i>	14
2.1.7 Hakikat <i>Clap Push-up</i>	15
2.1.8 Latihan <i>Split Squat Jump</i> dan <i>Clap Push-up</i>	17
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	18
2.3 Kerangka Berpikir	20
2.4 Hipotesis	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	22
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
3.1.1 Tempat Penelitian.....	22
3.1.2 Waktu Penelitian	22

3.2	Populasi dan Sampel.....	22
3.2.1	Populasi.....	22
3.2.2	Sampel.....	22
3.3	Metode Penelitian.....	23
3.4	Desain Penelitian	23
3.5	Instrumen Penelitian.....	24
3.5.1	Tes <i>Vertical Jump</i>	24
3.5.2	Tes <i>Medicine Ball</i>	26
3.5.3	Penilaian <i>Back Handspring</i>	27
3.6	Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.7	Teknik Analisis Data	29
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1	Deskripsi Data Penelitian	33
4.1.1	Deskripsi Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tes <i>Vertical Jump</i>	33
4.1.2	Deskripsi Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tes <i>Medicine Ball</i>	35
4.1.3	Deskripsi Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> <i>Back Handspring</i>	36
4.2	Pengujian Persyaratan Analisis	37
4.2.1	Uji Normalitas.....	37
4.2.2	Uji Homogenitas	39
4.3	Pengujian Hipotesis.....	41
4.3.1	Hipotesis Pertama.....	41
4.3.2	Hipotesis Kedua	42
4.3.3	Hipotesis Ketiga	44
4.4	Pembahasan Hasil Penelitian.....	45
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	49
5.1	Kesimpulan	49
5.2	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA.....		51
LAMPIRAN.....		53