

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>9</b>
A. Kerangka Teoritis	
1. Hakikat Karate.....	9
2. Hakikat Tendangan <i>Mawashi Gery</i> .....	10
3. Hakikat Latihan.....	13
4. Hakikat Latihan <i>Power Skipping</i> .....	15
5. Hakikat Latihan <i>Trunk Rotation</i> .....	17
B. Kerangka Berfikir.....	18
C. Pengajuan Hipotesis.....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	21
1. Lokasi Penelitian.....	21
2. Waktu Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel.....	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel.....	22

C. Metode Penelitian.....	22
D. Desain Penelitian.....	23
E. Instrumen Penelitian.....	23
F. Teknik Analisis Data.....	29
G. Pelaksanaan Penelitian.....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>32</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	33
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	35
C. Pengujian Hipotesis.....	36
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	37
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>41</b>
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>43</b>
<b>LAMPIRAN - LAMPIRAN</b>	