

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	7
A. Kajian Teoritis.....	7
1. Hakikat Gulungan Belakang	7
2. Hakikat Latihan	11
3. Hakikat Latihan Teknik	14
4. Hakikat Belajar Gerak	15
5. Hakikat Media Audiovisual	19
6. Hakikat Metode Komando.....	23
B. Kerangka Berpikir	26
C. Hipotesis	27

	Halaman
III METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Setting Penelitian	28
B. Tempat Penelitian.....	29
C. Subjek Penelitian.....	29
D. Metode Pengumpulan Data.....	30
E. Desain Penelitian.....	32
F. InstrumePenelitian.....	35
G. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Deskripsi Pemasalahan.....	42
B. Hasil Penelitian	49
C. Pembahasan Hasil Latihan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN -LAMPIRAN.....	53