

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Identifikasi Masalah .....	3
3. Pembatasan Masalah .....	3
4. Rumusan Masalah .....	4
5. Tujuan Penelitian .....	4
6. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teoritis.....	6
1. Hakikat Olahraga Karate.....	6
2. Kecepatan Tendangan <i>Mawashi Chudan</i> .....	7
3. Hakikat Latihan .....	10
4. Hakikat Latihan Berbeban pada kaki .....	14
5. Hakikat Latihan <i>Scissor Jump</i> .....	15
B. Kerangka Berpikir .....	16
C. Hipotesis.....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	20
1. Lokasi Penelitian.....	20
2. Waktu Penelitian .....	20
B. Populasi dan Sampel .....	20
1. Populasi.....	20
2. Sampel.....	20

C. Metode Penelitian.....	21
D. Desain penelitian.....	21
E. Instrumen Penelitian .....	22
1. Tes kecepatan tendangan <i>Mawashi Chudan</i> .....	22
F. Teknik Analisis Data.....	24
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Penelitian .....	26
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	28
C. Pengujian Hipotesis.....	31
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	31
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	34
B. Saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>35</b>

THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY