

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Fokus dan Subfokus Penelitian	5
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORETIS.....	7
2.1 Kajian Teori	7
2.1.1 Hakikat Olahraga Bela Diri Karate	7
2.1.2 Teknik Dasar Karate	9
2.1.3 Cedera Olahraga.....	12
2.1.4 Terapi Cedera Olahraga	19
2.1.5 Panduan	22
2.1.6 Penatalaksanaan	23
2.2 Penelitian yang Relevan.....	24
2.3 Kerangka Konseptual	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Jenis Penelitian.....	28
3.2 Waktu Penelitian	28
3.3. Subjek Penelitian.....	28

3.4 Prosedur Penelitian.....	28
3.4.1 Pencarian dan Pengumpulan Data (Reach and information collecting).....	29
3.4.2 Perencanaan (Planning).....	30
3.4.2.1 Menetapkan Tujuan Pengembangan	30
3.4.3 Pengembangan Bentuk Produk Awal (Develop Preliminary Form Of Product).....	31
3.4.4 Uji Coba Lapangan Awal (Preliminary Filed Testing)	31
3.4.5 Revisi Hasil Uji Coba Lapangan Awal (Main Product Revision)	31
3.4.6 Uji Coba Lapangan Utama (Main Field Testing)	32
3.4.7 Revisi Produk Operasional (Operational Product Revision)	32
3.4.8 Uji Coba Lapangan Operasional (Operational Field Testing)	32
3.4.9 Revisi Produk Final (Final Product Revision)	32
3.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.5.1 Wawancara.....	33
3.5.2 Observasi.....	33
3.5.3 Angket.....	34
3.6 Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Hasil Penelitian	36
4.2 Research and Information Collecting	38
4.2.1 Planning	41
4.3 Pengembangan bentuk produk awal (Develop Preliminary Form of Product).....	43
4.3.1 Pengembangan Produk Panduan.....	43
4.3.2 Pengembangan Instrumen Penelitian	43
4.3.3 Validasi Panduan Oleh Ahli Materi	44
4.4 Uji Coba Lapangan Awal (Preliminary Filed Testing)	45
4.5 Revisi Hasil Uji Coba Lapangan Awal (Main Product Revision)	46
4.6 Uji Coba Lapangan Utama (Main Field Testing)	49
4.7 Revisi Produk Operasional (Operational Product Revision)	51
4.8 Uji Coba Lapangan Operasional (Operational Field Testing)	51
4.9 Revisi Produk Final (Final Product Revision)	53

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....	56
LAMPIRAN.....	59

