

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	10
A. Kerangka Teoritis.....	10
1. Hakikat Karate	10
2. Hakikat Kecepatan Tendangan <i>Mawashi Gery</i>	13
3. Hakikat <i>Power</i>	16
4. Hakikat Latihan.....	17
5. Hakikat Latihan <i>Split Jump</i>	26
6. Hakikat Latihan <i>Scissors</i>	28
B. Kerangka Berfikir.....	29
C. Hipotesis.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	32
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	32
1. Lokasi Penelitian.....	32
2. Waktu Penelitian	32

B. Populasi dan Sample	32
1. Populasi.....	32
2. Sample.....	33
C. Metode Penelitian.....	34
D. Desain Penelitian.....	34
E. Instrumen dan Proses Penelitian	36
F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Deskripsi Data Penelitian.....	45
B. Pengujian Persyaratan Analisis	47
1. Uji Normalitas	47
2. Uji Homogenitas	48
C. Pengujian Hipotesis.....	49
D. Pembahasan Hasil Penelitian	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	62

