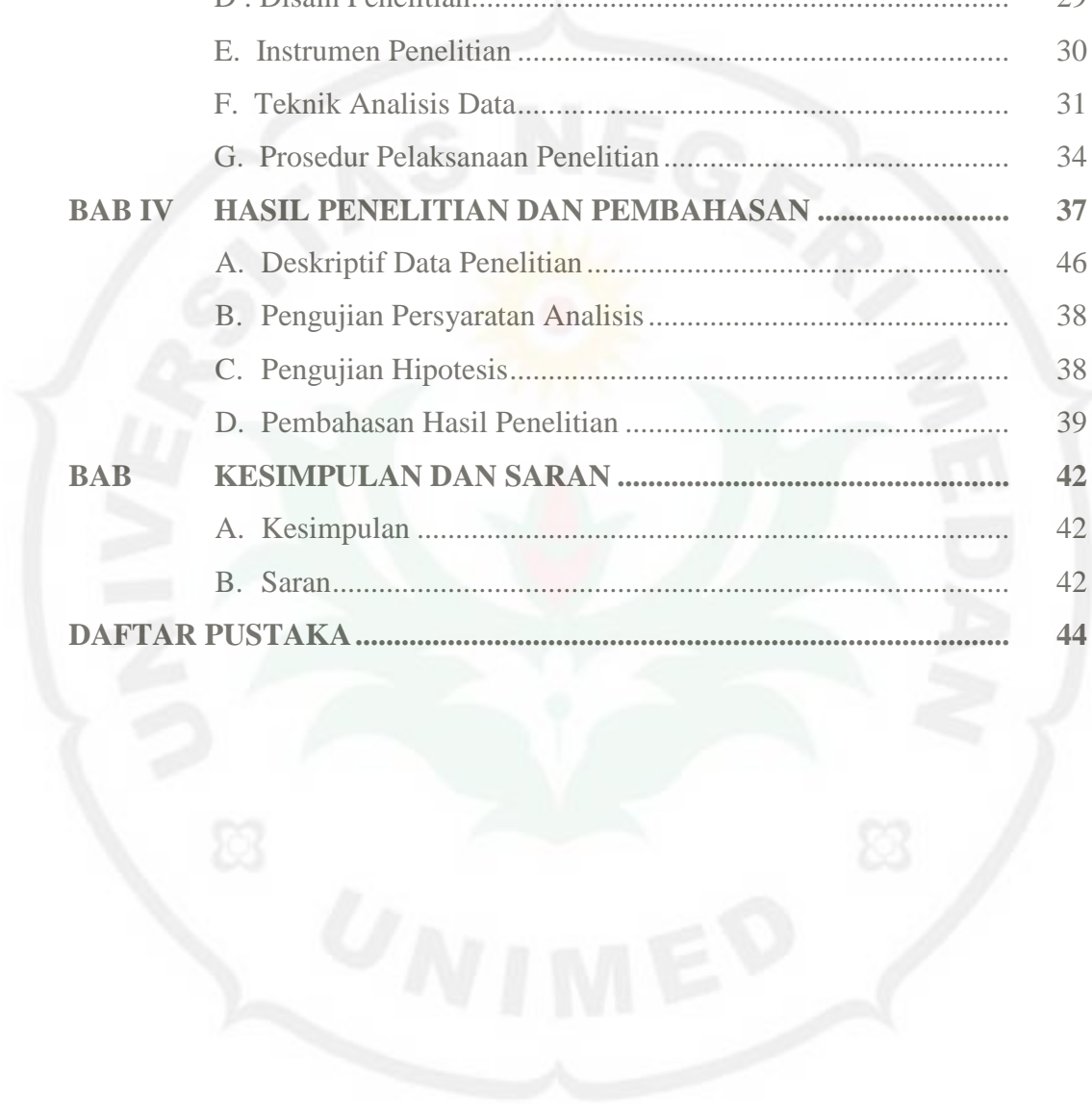


## DAFTAR ISI

|  | Halaman     |
|--|-------------|
| <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>                                | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                               | 1           |
| B. Identifikasi Masalah.....                                 | 8           |
| C. Pembatasan Masalah .....                                  | 8           |
| D. Rumusan Masalah .....                                     | 9           |
| E. Tujuan Penelitian .....                                   | 9           |
| F. Manfaat Penelitian .....                                  | 10          |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>                           | <b>11</b>   |
| A. Kerangka Teoritis .....                                   | 11          |
| 1. Hakikat Pukulan <i>Gyaku Tsuki Chudan</i> .....           | 11          |
| 2. Hakikat Kecepatan Pukulan <i>Gyaku Tsuki Chudan</i> ..... | 14          |
| 3. Hakikat Latihan .....                                     | 15          |
| 4. Hakikat Latihan Karet (Katrol Darat) .....                | 19          |
| 5. Hakikat Latihan Memukul di Dalam Air .....                | 21          |
| B. Kerangka Berfikir .....                                   | 23          |
| C. Hipotesis .....   | 25          |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                   | <b>26</b>   |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....                          | 26          |
| 1. Lokasi Penelitian.....                                    | 26          |
| 2. Waktu Penelitian .....                                    | 26          |
| B. Populasi dan Sampel.....                                  | 26          |
| 1. Populasi .....  | 26          |
| 2. Sampel.....   | 27          |

|               |  |           |
|---------------|--|-----------|
|               | C. Metode Penelitian .....                   | 28        |
|               | D . Disain Penelitian.....                   | 29        |
|               | E. Instrumen Penelitian .....                | 30        |
|               | F. Teknik Analisis Data.....                 | 31        |
|               | G. Prosedur Pelaksanaan Penelitian .....     | 34        |
| <b>BAB IV</b> | <b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>37</b> |
|               | A. Deskriptif Data Penelitian .....          | 46        |
|               | B. Pengujian Persyaratan Analisis .....      | 38        |
|               | C. Pengujian Hipotesis.....                  | 38        |
|               | D. Pembahasan Hasil Penelitian .....         | 39        |
| <b>BAB</b>    | <b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>            | <b>42</b> |
|               | A. Kesimpulan .....                          | 42        |
|               | B. Saran.....                                | 42        |
|               | <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                  | <b>44</b> |



THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY