

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teoritis .....	8
1. Hakikat Karate.....	8
a. Teknik <i>Kata</i> .....	10
b. <i>Kata Heian Sandan</i> .....	12
2. Hakikat Latihan Teknik.....	13
3. Hakikat Belajar Gerak.....	15
4. Hakikat Media .....	18
a. <i>Media Video</i> .....	20
B. Kerangka Berpikir.....	22
C. Hipotesis Tindakan .....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
A. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian .....	25
1. Lokasi Penelitian .....	25
2. Waktu Penelitian .....	25
3. Persiapan Penelitian .....	25

B. Subjek Penelitian .....	25
1. Subjek Penelitian Tindakan.....	25
2. Subjek Pemberian Tindakan.....	26
3. Kolaboratif .....	26
C. Sumber Data.....	26
D. Metode Pengumpulan Data.....	26
1. Observasi.....	26
2. Tes .....	27
E. Disain Penelitian .....	27
a. Siklus I.....	28
b. Siklus II .....	30
F. Instrumen Penelitian .....	32
G. Teknik Analisis Data.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
A. Deskripsi Penelitian .....	37
1. Hasil Data Siklus I.....	37
a. Analisis Data <i>Pre-Test</i> .....	38
b. Analisa Data Siklus I .....	41
c. Analisis Data Siklus II.....	44
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>x</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>51</b>