

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
SURAT PERNYATAAN	vi
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vii
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan teori	6
1. Hakikat Kekuatan Otot Lengan.....	6
a. Pengertian kekuatan otot lengan	6
b. Batasan Otot Lengan	8
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi kekuatan otot lengan	10
2. Hakikat Lempar Cakram	11
a. Pengertian Lempar Cakram.....	11
b. Teknik Dasar Lempar Cakram	12
B. Kerangka pemikiran	15
C. Hipotesis penelitian.....	17

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis penelitian	18
B. Populasi dan sampel	18
C. Definisi operasional	19
D. Pengembangan instrumen	19
E. Teknik pengumpulan data	21
F. Teknik analisis data	21

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 24

A. Deskripsi Data Penelitian	24
1. Data Kekuatan otot lengan siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar	25
2. Data Hasil Lempar Cakram siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar	26
B. Analisa Data	28
C. Pembahasan	29

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 31

A. Kesimpulan	31
B. Saran	31

DAFTAR PUSTAKA 32**LAMPIRAN 33**

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Distribusi Frekuensi Data Test Kekuatan Otot Lengan Pada Siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar	25
2. Distribusi Frekuensi Data Test Lempar Cakram Siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar.....	27



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Otot lengan bagian atas	9
2. Otot lengan bagian bawah.....	10
3. Cara memegang cakram.....	13
4. Cara mengayun cakram yang benar	14
5. Sikap Tubuh Sewaktu melakukan lemparan.....	14
6. Posisi tubuh sesaat cakram terlempar	15
7. Tes <i>push up</i>	20
8. Tes lempar cakram	21

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Histogram Distribusi Frekuensi Data Test Kekuatan Otot Lengan Pada Siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar.....	26
2. Histogram Distribusi Frekuensi data test lempar cakram siswa putera kelas XI SMA Negeri 1 Salo Kabupaten Kampar	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Kekuatan Otot Lengan dan Hasil Lempar Cakram.....	33
2. Mencari Interval Dan Tabel Distribusi Frekuensi Data Kekuatan Otot Lengan.....	34
3. Mencari Interval Dan Tabel Distribusi Frekuensi Data Hasil Lempar Cakram	35
4. Mencari nilai <i>T score</i> Data Tes Kekuatan Otot Lengan	36
5. Mencari Nilai <i>T score</i> Data Tes Hasil Lempar Cakram	42
6. Korelasi Product Moment dan Koefisien Determinasi	48
7. Tabel <i>r</i> untuk berbagai DF	50
8. Dokumentasi Penelitian	51