

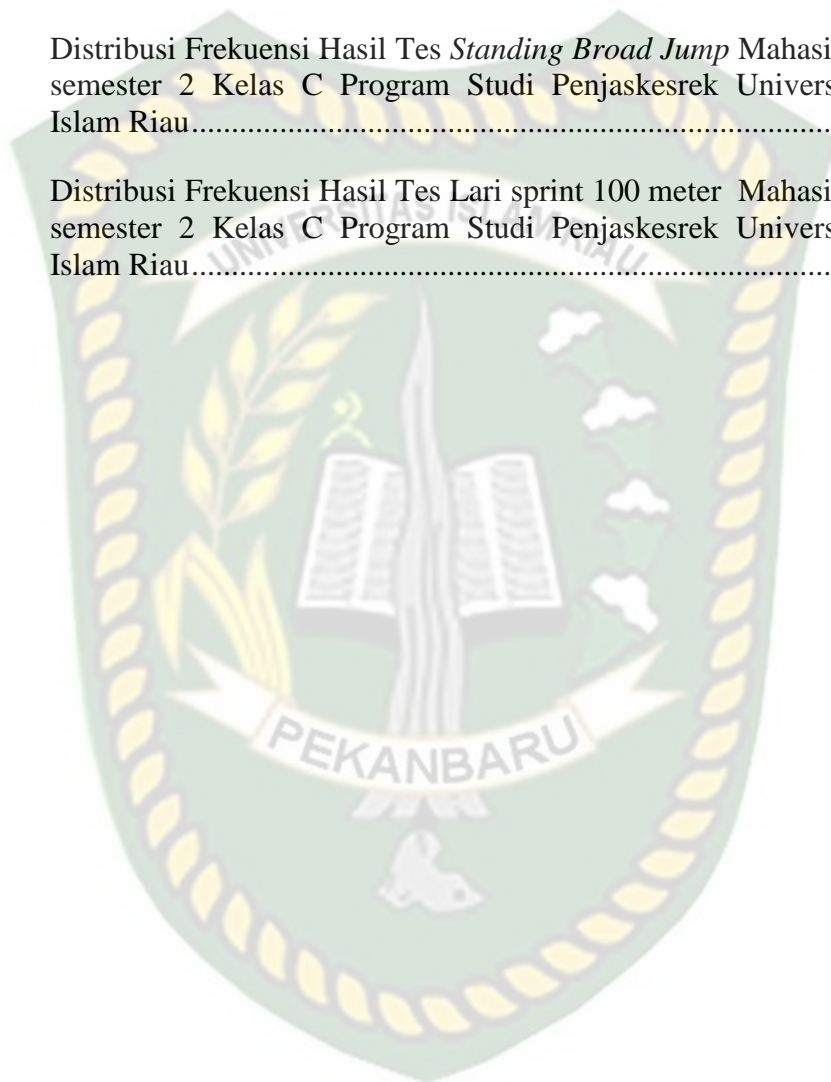
DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vii
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	6
A. Hakikat daya ledak otot tungkai.....	6
1. Hakikat daya ledak otot tungkai.....	6
a. Pengertian Daya Ledak Otot Tungkai.....	6
b. Batasan Otot Tungkai.....	7
c. Faktor Faktor yang Mempengaruhui Daya Ledak Otot Tungkai	8
2. Hakikat Lari <i>Sprint</i>	10
a. Pengertian Lari <i>Sprint</i>	10
b. Teknik Dasar Lari <i>Sprint</i>	11
B. Kerangka Pemikiran	15
C. Hipotesis Penelitian	16

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	17
A. Jenis Penelitian	17
B. Populasi dan Sampel	17
C. Definisi Operasional	18
D. Pengembangan Instrumen	18
E. Teknik Pengumpulan Data	20
F. Teknik Analisis Data	20
BAB IV. PENGOLAHAN DATA	22
A. Deskripsi Data Penelitian.....	22
1. Data Hasil Tes Daya ledak otot tungkai mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau	22
2. Data Hasil Tes Lari sprint 100 meter Mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau	24
B. Analisis Data	26
C. Pembahasan	27
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	29
A. Kesimpulan	29
B. Saran	29
DAFTAR PUSTAKA	30
DAFTAR LAMPIRAN	31

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Pedoman Untuk Memberikan Interpretasi Koofisien Korelasi	21
2. Distribusi Frekuensi Hasil Tes <i>Standing Broad Jump</i> Mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau.....	23
3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Lari sprint 100 meter Mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau.....	25



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Anatomi Otot tungkai	8
2. Posisi dan sikap pada saat aba-aba bersedia.....	12
3. Posisi dan sikap pada saat aba-aba siap.....	12
4. Posisi dan sikap pada saat aba-aba Yak/ Bunyi pistol	13
5. Gerakan lari <i>sprint</i>	14
6. Gerakan lari <i>sprint</i>	14
7. Cara melakukan <i>standing broad jump</i>	19

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Grafik Hasil Tes <i>Standing Broad Jump</i> Mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau	24
2. Histogram Hasil tes lari sprint 100 meter mahasiswa semester 2 Kelas C Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Riau	25



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Data hasil tes daya ledak otot tungkai.....	30
2. Data hasil tes lari sprint 100 meter	32
3. Perhitungan t skor tes daya ledak otot tungkai	33
4. Perhitungan t skor tes lari sprint 100 meter	38
5. Membuat tabel distribusi frekuensi data tes daya ledak otot tungkai	43
6. Membuat tabel distribusi frekuensi data tes lari sprint 100 meter ...	44
7. Perhitungan korelasi product moment dan koefisien determinasi ...	45
8. Tabel r korelasi product moment	47
9. Dokumentasi Penelitian	48