

## DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	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.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Masalah.....	5
F. Manfaat masalah .....	6
BAB II : KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Landasan Teori.....	7
1. Hakikat Daya Ledak Otot Tungkai .....	7
2. Hakikat Lompat Tinggi .....	10
B. Kerangka Pemikiran.....	13
C. Hipotesis Penelitian.....	15
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN .....	16
A. Jenis Penelitian.....	16
B. Populasi dan Sampel .....	16
C. Definisi Operasional.....	17
D. Pengembangan Instrumen .....	17
E. Teknik Pengumpulan Data.....	21
F. Teknik Analisis Data.....	22
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN .....	23
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	23
B. Analisis Data .....	26
C. Pembahasan.....	28

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	31
A. Kesimpulan .....	31
B. Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA .....	32
LAMPIRAN .....	33
GAMBAR .....	40



Dokumen ini adalah Arsip Milik :  
**Perpustakaan Universitas Islam Riau**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
<b>Tabel 1:</b> <i>Sargent Jump</i> dalam cm .....	18
<b>Tabel 2:</b> Distribusi Frekuensi Data Tes Daya Ledak Otot Tungkai Pada Siswa Putera Kelas XI SMAN 1 Siak .....	23
<b>Tabel 3.</b> Distribusi frekuensi data tes kemampuan lompat tinggi siswa putera kelas XI SMAN 1 siak .....	24
<b>Tabel 4.</b> Hasil uji hipotesis daya ledak otot tungkai terhadap hasil lompat tinggi siswa putera kelas XI SMAN 1 Siak.....	26

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1: Otot paha dan tungkai bawah.....	9
Gambar 2: Lompat Tinggi Gaya Straddle.....	13
Gambar 3: Tes <i>Vertical Jump</i> .....	18



## DAFTAR GRAFIK

<b>Grafik 1.</b> Histogram Distribusi frekuensi Tes daya ledak otot tungkai pada Siswa Putera Kelas XI SMAN 1 Siak .....	23
<b>Grafik 2.</b> Histogram Distribusi frekuensi Tes Lompat Tinggi pada Siswa Putera Kelas XI SMAN 1 Siak .....	25



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1:</b> tabel hasil tes <i>vertical jump test</i> .....	33
<b>Lampiran 2:</b> tabel hasil tes lompat tinggi .....	34
<b>Lampiran 3:</b> distribusi luas dan interval <i>vertical jump test</i> .....	35
<b>Lampiran 4:</b> distribusi frekuensi tes <i>vertical jump test</i> .....	35
<b>Lampiran 5:</b> distribusi kelas dan interval lompat tinggi .....	36
<b>Lampiran 6:</b> distribusi frekuensi tes lompat tinggi .....	36
<b>Lampiran 7:</b> tabel korelasi pearson .....	37
<b>Lampiran 8:</b> <i>product moment</i> .....	38
<b>Lampiran 9:</b> koefisien determinasi.....	38
<b>Lampiran 10:</b> tabel r .....	39