

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMA KASIH	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS	
PENELITIAN	6
A. Kajian Pustaka	6
1. <i>Power</i> Lengan.....	6
a. <i>Power</i>	6
b. Lengan	7
c. <i>Power</i> Lengan	7
2. Kecepatan Pukulan	10
a. Kecepatan	10
b. Pukulan	11
c. Kecepatan Pukulan	12
3. Tarung Dearajat	13
a. Pengerian	13
b. Sejarah	13
c. Nomor Kelas Tarung Bebas (Putra dan Putri).....	18

d. Teknik Dasar Tarung Derajat	18
1) Teknik Pukulan Dalam Tarung Derajat	18
2) Teknik Tendangan Dalam Tarung Derajat.....	22
4. Hubungan Antara Power Lengan Terhadap Kecepatan Pukulan Dalam Olahraga Beladiri Tarung Derajat	29
5. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	29
B. Kerangka Pemikiran	30
C. Hipotesis Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Lokasi dan Subjek Penelitian	32
B. Desain Penelitian	33
C. Metode Penelitian.....	34
D. Definisi Operasional.....	35
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Pengolahan Data	42
1. Uji Normalitas	43
2. Pengujian <i>Fearson</i> Korelasi	44
3. Uji Regresi.....	45
B. Diskusi Penemuan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1. Tempat Pelaksanaan Pengukuran.....	32
4.1. Data Hasil Tes Atlet (Sampel) UKM Tarung Derajat Satlat UPI.....	42
4.2. Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku	43
4.3. Hasil Uji Normalitas	43
4.4. Hasil Uji <i>Pearson</i> Korelasi	44
4.5. Hasil Uji Regresi	45
4.6. Presentasi Dukungan.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Otot Lengan Atas	9
2.2. Otot Lengan Bawah.....	13
2.3. Lambang Pribadi Mandiri Tarung Derajat	14
2.4. Teknik Pukulan Cepat	19
2.5. Teknik Pukulan Lingkar Dalam	20
2.6. Teknik Pukulan Lingkar Luar	20
2.7. Teknik Pukulan Lingkar Atas	21
2.8. Teknik Drop Tangan	22
2.9. Teknik Tendangan Lingkar Dalam	22
2.10. Teknik Tendangan Lingkar Samping.....	23
2.11. Teknik Tendangan Belakang	24
2.12. Teknik Tendangan Kait Depan	25
2.13. Teknik Tendangan Kait Belakang.....	25
2.14. Teknik Loncatan.....	26
2.15. Teknik Drop Kaki	27
3.1. Desain Penelitian.....	33
3.2. Langkah-langkah Penelitian.....	34
3.3. Tes <i>Power</i> Lengan.....	37
3.4. Tes Kecepatan Pukulan	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Tes <i>Power</i> Lengan	52
2. Hasil Tes Kecepatan Pukulan.....	53
3. Hasil Deskripsi Data.....	54
4. Uji Normalitas Data	55
5. Uji Korelasi person	56
6. Uji Regresi.....	57
7. Gambar Saat Pengambilan Data	58