

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Struktur Organisasi Skripsi	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Pustaka.....	7
1. Hakikat Dasar Indeks Masa Tubuh	7
2. Hakikat Daya Tahan Kardiovaskular (VO_2Max).....	13
3. Hakikat Kelincahan (<i>Agility</i>).....	14
4. Hakikat Olahraga Pencak Silat	15
5. Pemilihan Calon Bibit/Atlet	19
6. Posisi Teoretis	20

Muhamad Taman Ridho, 2015

Hubungan antara indeks masa tubuh dengan kelincahan (Agility) dan daya tahan kardiovaskular (VO_2Max) pada cabang olah raga pencak silat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

B.	Penelitian Terdahulu Yang Relevan	21
C.	Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III	METODE PENELITIAN	23
A.	Desain Penelitian.....	23
B.	Partisipan dan Tempat Penelitian.....	24
C.	Populasi dan Sampel	25
D.	Instrumen Penelitian.....	26
E.	Prosedur Penelitian.....	29
F.	Analisis Data	30
BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	34
A.	Temuan Penelitian.....	34
B.	Pembahasan Temuan.....	45
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	49
A.	Simpulan	49
B.	Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN-LAMPIRAN	54
RIWAYAT HIDUP PENULIS	76

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Prosedur Penelitian	26
4.1 Hasil Deskripsi Data Hasil Penelitian	34
4.2 Kategori BMI	36
4.3 Kategori <i>Agility</i>	37
4.4 Norma Kategori <i>Agility</i>	37
4.5 Kategori Hasil Tes Lari 1600m (<i>VO_{2Max}</i>)	38
4.6 Norma Tes Lari 1600m	39
4.7 Hasil Deskripsi Data	40
4.8 Hasil Pengujian Normalitas	41
4.9 Hasil Pengujian Homogenitas	42
4.10 Interpretasi Koefisien Korelasi	43
4.11 Hasil Penghitungan Koefisien Korelasi	43

Muhamad Taman Ridho, 2015

Hubungan antara indeks masa tubuh dengan kelincahan (Agility) dan daya tahan cardiovaskular (VO_{2Max}) pada cabang olah raga pencak silat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4.12 Hasil Signifikansi Koefisien Korelasi	44
4.13 Presentase Dukungan	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Microtoise Stature Meter	10
2.2 Timbangan Digital	11
2.3 Grafik BMI Berdasarkan Usia Untuk Anak Perempuan <20 Tahun	12
2.4 Grafik BMI Berdasarkan Usia Untuk Anak laki-laki <20 Tahun	12
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Shuttel Run	28
3.3 Langkah-Langkah Penelitian	30
4.1 Diagram Ketagori Indeks Masa Tubuh.....	36
4.2 Diagram Ketagori <i>Agility</i>	38
4.3 diagram karakteristik hasil <i>VO₂Max</i>	39

Muhamad Taman Ridho, 2015

Hubungan antara indeks masa tubuh dengan kelincahan (Agility) dan daya tahan cardiovaskular (VO₂Max) pada cabang olah raga pencak silat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Deskripsi Hasil Data Penelitian	54
2. Tes Normalitas <i>Agility</i>	56
3. Tes Normalitas Indeks Masa Tubuh	57
4. Tes Nornmalitas Daya Tahan Kardiovaskular (VO_2Max).....	58
5. Tes Korelasi	59
6. Dokumentasi Foto	60
7. Surat Keputusan Penetapan Judul dan Dosen Pembimbing Skripsi	68
8. Surat Izin Penelitian	71
9. Surat Balesan Penelitian	72
10. Kartu Bimbingan Skripsi	73

Muhamad Taman Ridho, 2015

Hubungan antara indeks masa tubuh dengan kelincahan (Agility) dan daya tahan cardiovaskular (VO_2Max) pada cabang olah raga pencak silat

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu