

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| PERNYATAAN | i |
| ABSTRAK | ii |
| ABSTRACT | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| UCAPAN TERIMAKASIH | v |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah Penelitian..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah Penelitian | 5 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 5 |
| D. Manfaat Penelitian | 6 |
| E. Struktur organisasi Skripsi | 6 |
| BAB II TINJAUAN TEORITIS | 9 |
| A. Hakikat Olahraga Permainan Baseball..... | 9 |
| B. Hakikat <i>Pitcher</i> | 10 |
| C. Keterampilan Teknik <i>Pitching</i> Dalam Cabang Olahraga Baseball | 15 |
| D. Teknik <i>Pitching</i> | 16 |
| E. Komponen Fisik Yang Berperan Dalam Cabang Olahraga Baseball | 18 |
| 1. Hakikat <i>Power</i> lengan..... | 19 |
| 2. Otot Penunjang <i>Power</i> Lengan | 20 |
| 3. Bentuk Latihan Untuk <i>Power</i> Lengan..... | 22 |
| 4. Hakikat Fleksibilitas Sendi Bahu | 26 |
| 5. Bentuk Latihan Fleksibilitas Untuk Lengan dan Bahu | 29 |

Mochammad Ghalib Fikhrin, 2014

KONTRIBUSI *POWER* LENGAN DAN FLEKSIBILITAS SENDI BAHU TERHADAP KECEPATAN
LEMPARAN *PITCHING*
DALAM CABANG OLAHRAGA BASEBALL

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

| | |
|--|-----------|
| 6. Hakikat Kecepatan | 33 |
| F. Anggapan Dasar | 34 |
| G. Hipotesis..... | 37 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 38 |
| A. Waktu dan Tempat Penelitian | 38 |
| B. Metode Penelitian..... | 38 |
| C. Desain Penelitian..... | 40 |
| D. Definisi Operasional..... | 43 |
| E. Batasan Penelitian | 44 |
| F. Populasi dan Sampel | 44 |
| G. <i>Instrument</i> Penelitian..... | 45 |
| H. Prosedur Penelitian..... | 49 |
| BAB IV PENGOLAHAN dan ANALISIS DATA | 53 |
| A. Pengolahan Data..... | 53 |
| 1. <i>Konfersi</i> Z-Skor dan T-Skor..... | 54 |
| 2. Uji Normalitas Data | 55 |
| 3. Uji Koefisien Korelasi..... | 55 |
| 4. Uji Signifikansi Koefisien Korelasi | 56 |
| 5. Uji Koefisien Determinasi..... | 58 |
| B. Pembahasan dan Analisis Temuan..... | 59 |
| BAB V KESIMPULAN dan SARAN | 61 |
| A. Kesimpulan | 61 |
| B. Saran..... | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA | 63 |
| LAMPIRAN..... | 68 |