

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN	i
UCAPAN TERIMA KASIH	ii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Batasan Masalah	7
F. Definisi Operasional	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS.....	9
A. Kajian Pustaka	
1. Kesegaran/Kebugaran Jasmani	9
2. Permainan Tradisional	27
3. Profil Komunitas Hong	31
4. Hubungan Permainan Tradisional dengan Kebugaran Jasmani	54
B. Kerangka Berpikir	54
C. Hipotesis.....	56
BAB III METODE PENELITIAN	57
A. Desain Penelitian	57
B. Partisipan	58
C. Populasi dan Sampel.....	58
D. Instrumen Penelitian	59

	E. Prosedur Penelitian	76
	F. Analisis Data	77
BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	80
	A. Deskripsi Data	80
	B. Pengujian Persyaratan Analisis	81
	C. Pengujian Hipotesis	82
	D. Diskusi Penemuan	82
BAB V	SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	85
	A. Simpulan	85
	B. Implikasi.....	85
	C. Rekomendasi	86
	DAFTAR PUSTAKA	88
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	90

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 2.1	Ergosistema I.....	17
Tabel 2.2	Ergosistema II	17
Tabel 2.3	Jarak Tempuh Lari Cepat TKJI Berdasarkan Kelompok Umur	24
Tabel 2.4	Norma Penilaian TKJI Lari Cepat (13–15 & 16–19 Tahun)	25
Tabel 2.5	Norma Penilaian TKJI Angkat Tubuh (13–15 & 16–19 Tahun)	25
Tabel 2.6	Norma Penilaian TKJI Baring Duduk (13–15 & 16–19 Tahun).....	26
Tabel 2.7	Norma Penilaian TKJI Loncat Tegak (13–15 & 16–19 Tahun)	26
Tabel 2.8	Jarak Tempuh Lari Jarak Sedang TKJI Berdasarkan Kelompok Umur.....	26
Tabel 2.9	Norma Penilaian TKJI Lari Jarak Sedang (13–15 & 16–19 Tahun).....	27
Tabel 3.1	Desain Penelitian <i>Ex Post Facto</i>	58
Tabel 3.2	Jarak Tempuh Lari Cepat TKJI Berdasarkan Kelompok Umur	63
Tabel 3.3	Norma Penilaian TKJI Lari Cepat (13–15 & 16–19 Tahun)	63
Tabel 3.4	Norma Penilaian TKJI Angkat Tubuh (13–15 & 16–19 Tahun)	67
Tabel 3.5	Norma Penilaian TKJI Baring Duduk (13–15 & 16–19 Tahun).....	69
Tabel 3.6	Norma Penilaian TKJI Loncat Tegak (13–15 & 16–19 Tahun)	71
Tabel 3.7	Jarak Tempuh Lari Jarak Sedang TKJI Berdasarkan Kelompok Umur	74
Tabel 3.8	Norma Penilaian TKJI Lari Jarak Sedang (13–15 & 16–19 Tahun)	74
Tabel 3.9	Tabel Nilai TKJI Untuk Putera (13-15 Tahun).....	75
Tabel 3.10	Tabel Nilai TKJI Untuk Puteri (13-15 Tahun)	75
Tabel 3.11	Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia	76
Tabel 3.12	Reliabilitas dan Validitas Tes Kesegaran Jasmani	76
Tabel 4.1	Rata-rata dan Simpangan Baku TKJI Komunitas Hong.....	80
Tabel 4.2	Hasil Perhitungan Uji Normalitas Lilliefors	81
Tabel 4.3	Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Kesamaan Dua Varians.....	81
Tabel 4.4	Hasil Uji Mann-Whitney U.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
Gambar 2.1	Permainan Galah Asin 1	35
Gambar 2.2	Permainan Galah Asin 2	38
Gambar 2.3	Permainan Galah Asin 3	39
Gambar 2.4	Permainan Galah Asin 4	39
Gambar 2.5	Permainan Galah Bandung 1	40
Gambar 2.6	Permainan Galah Bandung 2	42
Gambar 2.7	Permainan Galah Bandung 3	43
Gambar 2.8	Permainan Galah Bandung 4	43
Gambar 2.9	Permainan Bebentengan 1	45
Gambar 2.10	Permainan Bebentengan 2	48
Gambar 2.11	Permainan Alung Boyong 1	49
Gambar 2.12	Permainan Alung Boyong 2	50
Gambar 2.13	Permainan Ucing Puntang	52
Gambar 3.1	Posisi Start Lari 50 Meter	62
Gambar 3.2	Sikap Awal Tes Angkat Tubuh Putra	65
Gambar 3.3	Sikap Badan Tes Angkat Tubuh Putra	65
Gambar 3.4	Sikap Awal Tes Angkat Tubuh Putri	66
Gambar 3.5	Sikap Badan Tes Angkat Tubuh Putri	66
Gambar 3.6	Sikap Permulaan Tes Baring Duduk	68
Gambar 3.7	Sikap Duduk dengan Kedua Siku Menyentuh Paha	68
Gambar 3.8	Sikap Menentukan Raihan Tegak	70
Gambar 3.9	Sikap Awalan Loncat Tegak	71
Gambar 3.10	Meloncat Setinggi Mungkin	71
Gambar 3.11	Posisi Start 800 dan 1000 Meter	73
Gambar 3.12	Stopwatch dimatikan saat pelari melintasi garis finish	73

DAFTAR BAGAN

Bagan		Halaman
Bagan 2.1	Struktur Organisasi Manusia	9

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
Lampiran 1	Data Nilai Tes Kebugaran Jasmani Indonesia	91
Lampiran 2	Uji Normalitas Lilliefors Kelompok Perempuan	92
Lampiran 3	Uji Normalitas Lilliefors Kelompok Laki-laki	93
Lampiran 4	Uji Homogenitas Kesamaan Dua Varians	94
Lampiran 5	Uji U Mann-Whitney	95
Lampiran 6	Pengumpul Data Tes Kebugaran Jasmani	96
Lampiran 7	Dokumentasi Kegiatan Penelitian	126
Lampiran 8	Lampiran Surat SK Kripsi	130
Lampiran 9	Lampiran Surat Permohonan Ijin Penelitian	131
Lampiran 10	Lampiran Surat SK Pembimbing Penelitian	132