

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Pembelajaran .....	9
B. Kegiatan Ekstrakurikuler .....	10
1. Pengertian Ekstrakurikuler.....	10
2. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler .....	10
C. Pembelajaran Karate .....	10
1. Definisi Karate .....	10
2. Pandangan Tentang Olahraga Karate.....	11
3. Teknik Karate.....	12
D. Pembelajaran Sepakbola .....	13
1. Definisi Sepakbola .....	13
2. Teknik Dasar Permainan Sepakbola .....	14
E. Konsep Kontrol Diri.....	17
1. Pengertian Kontrol Diri.....	17
2. Perkembangan Kontrol Diri .....	18
3. Jenis dan Aspek Kontrol Diri.....	19
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	21

Dini Eka Suryani, 2016

*Perbandingan Pembelajaran Ekstrakurikuler Beladiri Karate dengan Sepakbola Terhadap Self Control Siswa SMP Negeri 2 Lembang*

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

F. Pembelajaran Karate dalam Upaya Meningkatkan Self Control .....	22
G. Pembelajaran Sepakbola dalam Upaya Meningkatkan Self Control .....	24
H. Penelitian Terdahulu .....	25
I. Kerangka Berfikir.....	25
J. Hipotesis.....	27

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Lokasi, Populasi dan Sampel .....	28
1. Lokasi penelitian .....	28
2. Populasi dan Sampel .....	28
B. Metode dan Design Penelitian .....	28
1. Metode Penelitian.....	28
2. Desain Penelitian.....	29
C. Prosedur Penelitian.....	30
D. Instrumen Penelitian.....	32
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	35
F. Prosedur Penelitian dan Analisis Data .....	38
1. Menghitung Rata-rata dan Simpangan Baku .....	38
2. Uji Normalitas Data .....	39
3. Uji Homogenitas .....	40
4. Uji Hipotesis .....	40

### **BAB IV HASIL PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA**

A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data .....	41
1. Hasil Perhitungan Rata-rata dan Simpangan Baku .....	41
2. Hasil Perhitungan Uji Normalitas .....	42
3. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas.....	42
4. Hasil Penghitungan Uji Hipotesis .....	43
B. Diskusi Penemuan.....	43

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **RIWAYAT HIDUP**