

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>PERNYATAAN</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	5
E. Manfaat Penelitian .....	5
1. Secara Teoritis.....	6
2. Secara Praktis .....	6
F. Batasan Penelitian .....	6
G. Definisi Operasional .....	7
H. Struktur Organisasi Penelitian .....	8

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN**

#### **HIPOTESIS PENELITIAN**

A. Kajian Pustaka .....	10
1. Metode Latihan.....	10
a. Latihan dengan Kendala Tugas ( <i>Task Constraints</i> ) .....	10
b. Perspektif Psikologis dalam Latihan Kendala Tugas Gerak.....	13
2. Kemampuan Motorik ( <i>Motor Ability</i> ) .....	12
3. Akuisisi Keterampilan / <i>Skill Acquisition</i> .....	16
a. Latihan Keterampilan <i>Footwork</i> Anggar .....	18

Novrizal A Novan, 2017

PENGARUH METODE LATIHAN TASK CONSTRAINTS DAN TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK TERHADAP AKUISISI KETERAMPILAN ANGGAR

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

4. Hasil Penelitian Terdahulu terkait Metode Latihan dan Tingkat Kemampuan Motorik terhadap Akuisisi Keterampilan <i>Footwork</i> Anggar.....	22
a. Metode Latihan Berbasis Kendala Tugas Gerak.....	22
b. Keterkaitan antara Metode Latihan dan Kemampuan Motorik.....	23
c. Pengaruh Metode Latihan pada Tingkat Kemampuan Motorik Tinggi ..	23
d. Pengaruh Metode Latihan pada Tingkat Kemampuan Motorik Rendah...	23
B. Hipotesis Penelitian .....	24

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Metode dan Desain Penelitian .....	25
1. <i>Treatment (Perlakuan)</i> .....	26
2. <i>Post-test</i> .....	27
B. Lokasi, Populasi, Sample dan Teknik Sampling Penelitian .....	28
1. Lokasi Penelitian.....	28
2. Populasi.....	29
3. Teknik Sampling Penelitian.....	29
4. Sampel Penelitian.....	29
C. Variabel Penelitian.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	30
E. Instrumen Penelitian .....	30
1. <i>Barrow Motor Ability Test</i> .....	31
a. <i>Standing Broad Jump</i> .....	31
b. <i>Soft Ball Throw</i> .....	31
c. <i>Zig-Zag Run</i> .....	32
d. <i>Wall Pass</i> .....	32
e. <i>Medicine Ball Put</i> .....	32
f. Lari 60 yard.....	33
2. <i>Footwork Actions Test</i> .....	33
a. <i>En Garde Position</i> .....	33
b. <i>Advance</i> (melangkah maju).....	34
c. <i>Retreat</i> (melangkah mundur) .....	34
d. <i>Lunge</i> (serangan dan Recovery (posisi kembali siap)).....	34

**Novrizal A Novan, 2017**

**PENGARUH METODE LATIHAN TASK CONSTRAINTS DAN TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK TERHADAP AKUISISI KETERAMPILAN ANGGAR**

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

F. Pengujian Validitas dan Rehabilitas Intrumen.....	35
G. Prosedur Penelitian .....	37
H. Analisis Data .....	39

#### **BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

A. Temuan.....	42
1. Deskripsi Data .....	42
2. Pengujian Persyaratan Analisis .....	44
a. Uji Normalitas .....	44
b. Uji Homogenitas.....	45
c. Uji Hipotesis ANOVA Dua Jalur ( <i>Two Way ANOVA</i> ).....	46
d. Uji Analisis Kovarians ( <i>ANCOVA</i> ) .....	48
e. Uji <i>Post-Hoc</i> .....	48
f. Pembahasan .....	51

#### **BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI**

A. Kesimpulan .....	57
B. Implikasi.....	57
C. Rekomendasi .....	58

**DAFTAR PUSTAKA .....**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN .....**

**RIWAYAT HIDUP .....**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1. <i>Posttest</i> Akuisisi Keterampilan Anggar .....	28
3.2. Jumlah Sampel Representatif .....	29
3.3. Hasil Uji Validitas Tes <i>Barrow Motor Ability Test</i> .....	35
3.4. Hasil Uji Reliabilitas Tes <i>Barrow Motor Ability</i> .....	36
3.5. Hasil Uji Validitas Tes <i>Footwork Actions</i> .....	36
3.6. Hasil Uji Reliabilitas Tes <i>Footwork Actions</i> .....	37
3.7. Program Penelitian.....	37
4.1. Deskripsi Data Keterampilan <i>Footwork</i> Secara Umum .....	42
4.2. Uji Normalitas .....	45
4.3. Uji Homogenitas Varians .....	46
4.4. Hasil Analisis Varians Dua Jalur ( <i>Two Way ANOVA</i> ) .....	46
4.5. Hasil Analisis Kovarians ( <i>ANCOVA</i> ).....	48
4.6. Uji <i>Post Hoc</i> dengan menggunakan <i>Tukey Test</i> .....	49

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.1. <i>Newell's The Triangular Effect of Constraints on Learning</i> .....	11
2.2. <i>En Garde</i> , Posisi Siap (Kuda-Kuda).....	20
2.3. <i>Advance</i> , Melangkahakan kaki ke depan.....	20
2.4. <i>Retreat</i> , Melangkahakan kaki ke belakang .....	21
3.1. Desain Faktorial.....	25
3.2. Desain Faktorial.....	26
3.3. Posisi Berpasangan, Saling Berhadapan.....	27
3.4. <i>Partner A</i> melempar Bola ke Lantai .....	27
3.5. <i>Partner B</i> melakukan gerakan <i>lunges</i> dan menangkap bola .....	27
4.1. Perolehan Skor Hasil Latihan Keterampilan <i>Footwork</i> Anggar dengan Kendala Tugas Gerak pada Tingkat Kemampuan Motorik yang Tinggi dan Rendah .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Tes Keterampilan Motorik.....	62
2. Data <i>Pre-Test</i> .....	63
3. Skor Peningkatan, <i>Pre-Test</i> , dan <i>Post-Test</i> .....	64
4. Deskripsi Data Secara Umum .....	65
5. Uji Validitas <i>Barrow Motor Ability Test</i> .....	66
6. Uji Reliabilitas <i>Barrow Motor Ability Test</i> .....	67
7. Uji Validitas <i>Footwork Actions Test</i> .....	68
8. Uji Reliabilitas <i>Footwork Actions Test</i> .....	68
9. Uji Normalitas .....	69
10. Uji Homogenitas .....	69
11. Analisis Varians Dua Jalur.....	70
12. Analisis Kovarians .....	71
13. Uji <i>Post Hoc-Tukey Test</i> .....	72
14. Distribusi F Untuk Probabilitas = 0,05 .....	73
15. Distribusi T Untuk Probabilitas = 0,05 .....	74
16. Tabel Tukey Q Skor .....	75
17. Program Penelitian .....	76
18. Surat Keputusan Penugasan Dosen Pembimbing .....	80
19. Surat Izin Penelitian .....	81
20. Buku Kegiatan Bimbingan Penelitian dan Penulisan Tesis .....	82
21. Hasil Dokumentasi Penelitian.....	84
22. Riwayat Hidup .....	87

