

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
UCAPAN TERIMAKASIH	ii
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Struktur Organisasi	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	8
A. Hakikat Olahraga Karate	8
B. Teknik Karate	9
C. Hakikat Komponen Fisik Dalam Cabang Olahraga Karate	14
D. Hakikat Power	18
a. Faktor Yang Mempengaruhi daya Ledak Otot Tungkai	20
b. Peranan Power Tungkai Dalam Cabang Olahraga Karate	21
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan	25
F. Kerangka Pemikiran	26
G. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Partisipan dan Tempat Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
D. Instrumen Penelitian	30
E. Prosedur Penelitian	32
F. Analisis Data	33

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Pengolahan Data	37
B. Pembahasan	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	49
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	64