

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	1
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	
2.1 Hakekat belajar gerak atau latihan.....	5
2.2 Latihan Gerak.....	6
2.3 Metode latihan bagian.....	8
2.4 Metode latihan keseluruhan.....	9
2.5 Konsep belajar gerak.....	10
2.6 Teknik mendayung rowing.....	11
2.7 Anggapan dasar.....	17
2.8 Hipotesis.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Metode Penelitian.....	20
3.2 Desain penelitian.....	20
3.3 Populasi dan sample.....	21
3.4 instrumen penelitian.....	23
3.5 Prosedur penelitian.....	24
3.6 Tempat dan waktu pelaksanaan.....	26
3.7 Program latihan.....	28
3.8 Sistematika pelaksanaan tes	28
3.9 Analisis data.....	28
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	

Elga Septia Azhari, 2018

*PERBANDINGAN METODE LATIHAN BAGIAN DAN METODE LATIHAN
KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK ROWING SCULLING*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

4.1 Hasil Pengolahan Data.....	29
4.2 Diskusi Penemuan.....	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	34
5.2 Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN.....	37

Elga Septia Azhari, 2018
*PERBANDINGAN METODE LATIHAN BAGIAN DAN METODE LATIHAN
KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK ROWING SCULLING*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu |
perpustakaan.upi.edu

DAFTAR TABEL

2.1 Perbedaan metode latihan bagian dan keseluruhan.....	18
3.1 Pengelompokan sample.....	22
3.2 Penilaian teknik mendayung.....	25
3.3 Waktu pelaksanaan latihan.....	26
4.1 Hasil rata-rata dan simpangan baku.....	29
4.2. Hasil uji normalitas.....	30
4.3. Hasil uji homogenitas.....	30
4.3. Hasil uji peningkatan.....	31
4.4.Uji signifikan.....	31

Elga Septia Azhari, 2018

PERBANDINGAN METODE LATIHAN BAGIAN DAN METODE LATIHAN KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK ROWING SCULLING

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

DAFTAR GAMBAR

2.1 Arah gaya pada olahraga dayung	12
2.2 Awal dan paruh pertama dari kayuhan.....	13
2.3 Akhir kayuhan.....	14
2.4 Akhir dari kayuhan.....	14
2.5 Paruh pertama dari pemulihan.....	15
2.6 Paruh kedua dari fase pemulihan.....	16
2.7 Paruh kedua dari fase pemulihan.....	16

Elga Septia Azhari, 2018

***PERBANDINGAN METODE LATIHAN BAGIAN DAN METODE LATIHAN
KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK ROWING SCULLING***

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

DAFTAR LAMPIRAN

1. Hasil Tes.....	37
2. Hasil Data Tes.....	45
3. Descriptive statistic.....	46
4. Uji normalitas.....	47
5. Uji homogenitas.....	48
6. Uji Perbedan	49
7. Uji Program Latihan.....	50
8. Surat Keputusan Skripsi.....	62
9. Sertifikat.....	65
10. Surat Ijin Melakukan Penelitian.....	66
Dokumentasi penelitian.....	67

Elga Septia Azhari, 2018

*PERBANDINGAN METODE LATIHAN BAGIAN DAN METODE LATIHAN
KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN TEKNIK ROWING SCULLING*

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