

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
ABSTRAK.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GRAFIK.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Variabel Penelitian.....	7
F. Hipotesis.....	10
G. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	10
BAB II LATIHAN PENCAK SILAT TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ANAK TUNAGRAHITA	
A. KONSEP DASAR ANAK TUNAGRAHITA	
1. Pengertian Anak Tunagrahita.....	12

2. Klasifikasi Anak Tunagrahita.....	13
3. Kondisi Fisik Anak Tunagrahita Sedang.....	16
B. KONSEP KEBUGARAN JASMANI	
1. Pengertian Kebugaran Jasmani.....	17
2. Komponen Kebugaran Jasmani.....	18
3. Kebugaran Jasmani Anak Tunagrahita Sedang.....	23
4. Pengukuran Kebugaran Jasmani.....	25
C. KONSEP DASAR PENCAK SILAT	
1. Pengertian Pencak Silat.....	26
2. Perkembangan Pencak Silat pada Zaman Kemerdekaan.....	28
3. Karakteristik Pencak Silat.....	29
4. Nilai dan Aspek Pencak Silat.....	30
5. Gerak Dasar Pencak Silat.....	32
D. IMPLEMENTASI PENCAK SILAT TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI ANAK TUNAGRAHITA SEDANG	
1. Pencak Silat Olahraga.....	35
2. Materi Senam Silat.....	39
3. Evaluasi.....	52
E. PENELITIAN SEBELUMNYA YANG RELEVAN.....	53
F. KERANGKA BERFIKIR.....	54

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	55
B. Desain Penelitian.....	56
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	57
D. Prosedur Penelitian.....	58
E. Teknik Pengumpulan Data.....	65
F. Instrumen Penelitian.....	65
G. Teknik Analisis Data.....	67

BAB IV DESKRIPSI DATA DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	70
B. Pengolahan Data.....	82
C. Pengujian Hipotesis.....	84
D. Pembahasan.....	84

BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. KESIMPULAN	98
B. REKOMENDASI	100

DAFTAR PUSTAKA	102
-----------------------------	-----

LAMPIRAN-LAMPIRAN	105
--------------------------------	-----

RIWAYAT HIDUP

